ТРАДИЦИОННЫЕ

Мусульманские
БЛЮДА

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

На страницах данной книги приведены лучшие рецепты как традиционных, так и современных блюд мусульманской кухни. Постные, рыбные и мясные салаты и закуски, пловы, кабобы, манты и другие горячие блюда, наваристая шурпа, лепешки, брики, самса и восточные сладости – все это, а также многое другое вы приготовите без труда, ознакомившись с рецептами, собранными в данной книге.

- Дарья Владимировна Нестерова
  - Введение
  - Салаты и закуски
    - Постные салаты и закуски
    - Салаты и закуски из рыбы и морепродуктов
    - Мясные салаты и закуски
  - Первые блюда
    - Постные супы
    - Супы из рыбы и морепродуктов
    - Мясные супы
  - Вторые блюда
    - Постные блюда
    - Блюда из рыбы и морепродуктов
    - Мясные блюда
  - Выпечка
    - Хлеб и лепешки
    - Брики
    - Сладкая выпечка
  - Напитки
    - Компоты
    - Морсы
    - Кисели
    - Чай, кофе и шоколадные напитки

Дарья Владимировна Нестерова
Традиционные мусульманские блюда

Введение

Как и в других национальных кухнях, повседневный стол народов, исповедующих ислам, заметно отличается от праздничной трапезы. Каждый мусульманский праздник обязательно сопровождается приготовлением определенных блюд. Так, новогодняя (Новый годпо хиджре) мусульманская трапеза обязательно включает традиционный кус-кус с бараниной. В день ашура мусульмане соблюдают пост, однако после захода солнца во всех семьях начинается праздничная трапеза, включающая салаты и закуски из мяса курицы и баранины (реже говядины). В качестве первого блюда на праздник принято подавать хлалим или шорбу, а на второе готовят кабоб, плов, пельмени или манты. К празднику Навруз подают лагман, плов, тастиру, лепешки, хлеб, сладкие блюда. В Лейлят мавлид на столе, помимо кушаний из баранины, присутствуют закуски из сыра и брынзы, асып, жутанан, асида, балуза. В Лейлят аль-Бараат готовят блюда из баранины и курицы. Среди кушаний, которые готовят в Рамадан, наиболее популярны харира, чекчука и брики. Праздничная трапеза на Лейлят аль-кадр состоит из салатов, супа-пюре и плова. На Ураза-байрам готовят не менее 3–4 блюд из баранины. Накануне праздника Курбан-байрам выпекают хлеб, лепешки, а также готовят десерты. Праздничный стол включает разнообразные блюда из мяса жертвенного животного.

Салаты и закуски

Постные салаты и закуски

Салат из огурцов по-туркменски

Ингредиенты

5—6 огурцов, 100 г взбитых сливок, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1/ 2пучка зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки и кинзы вымыть, нарубить. Огурцы вымыть, очистить, нарезать тонкими кружочками, посолить и оставить на 15 минут. Затем промыть холодной водой, положить в салатницу, заправить взбитыми сливками и поставить в прохладное место на 1,5 часа. Подать к столу, посыпав зеленью кинзы и петрушки.

Апельсиновый салат по-узбекски

Ингредиенты

5 апельсинов, 50 мл растительного масла, 2 пучка зеленого салата, 20 мл лимонного сока, 20 мл апельсинового сока, 15 г сахарной пудры, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, зерна граната.

Способ приготовления

Листья салата вымыть и выложить в салатницу. Апельсины вымыть, очистить, разделить на дольки, положить на листья салата и сбрызнуть 1 чайной ложкой лимонного сока. В отдельной посуде смешать оставшийся лимонный и апельсиновый соки, сахарную пудру, черный молотый перец и растительное масло. Заправить салат приготовленной смесью и украсить зернами граната.

Лимонный салат по-индонезийски

Ингредиенты

2 лимона, 40 мл оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, 1/ 4чайной ложки тмина, 1/ 4чайной ложки черного молотого перца, 1/ 4чайной ложки красного молотого перца, зерна граната, соль.

Способ приготовления

Лимоны вымыть, очистить, положить в подсоленную воду на 10–15 минут, затем выжать из них сок и мелко нарезать мякоть. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Мякоть лимона смешать с перцем и тмином, заправить оливковым маслом, смешанным с лимонным соком. Салат украсить зернами граната.

Салат «Мирабадский»

Ингредиенты

2 редьки, 100 г редиса, 2 яблока, 100 г зерен граната, 1 луковица, 50 г сметаны, 1 пучок зелени базилика, соль.

Способ приготовления

Редьку вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Редис вымыть, нарезать кубиками. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень базилика вымыть.

Редьку, редис и яблоки смешать с луком, зернами граната, посолить, уложить горкой в салатницу, заправить сметаной и украсить веточками базилика.

Миндальная закуска

Ингредиенты

300 г ядер миндаля, 100 мл растительного масла, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Миндаль положить в кипящую воду, варить 15 минут, промыть холодной водой, снять кожицу и обсушить. Опустить миндаль в кипящее растительное масло и обжарить. Затем выложить на блюдо, посолить и поперчить.

Салат «Шерги»

Ингредиенты

150 г редиса, 10 зеленых маслин, 10 черных маслин, 2 лимона, 40 мл растительного масла, 1 стручок болгарского перца, 1 апельсин, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зеленого салата, корица на кончике ножа, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Листья салата вымыть, посолить, поперчить и выложить на блюдо. Лимоны вымыть, очистить, нарезать небольшими ломтиками. Лук и зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Редис вымыть и нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать полосками, смешать с редисом, луком, зеленью петрушки, лимонами, выложить на листья салата. Салат заправить растительным маслом и украсить маслинами. Апельсин вымыть, нарезать кружочками, посыпать корицей и положить по краям блюда.

Салат «Чирчик»

Ингредиенты

200 г зеленого салата, 50 мл оливкового масла, 1 чайная ложка яблочного уксуса, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Листья салата вымыть, нарезать поперек полосками шириной 2 см, полить смесью оливкового масла и уксуса, посолить, поперчить и перемешать.

Салат «Душанбе»

Ингредиенты

4 помидора, 2 стручка сладкого перца, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 огурец, 1 луковица, 10 черных маслин, 10 зеленых маслин, 30 мл растительного масла, 10 мл лимонного сока, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Помидоры и огурец вымыть, нарезать кружочками. Сладкий перец вымыть, удалить семена, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Яйца очистить, разрезать на четверти. Помидоры, сладкий перец, огурец и лук смешать в салатнике, посолить, поперчить, заправить смесью растительного масла и лимонного сока. Салат украсить четвертинками яиц и маслинами.

Капоната по-тунисски

Ингредиенты

300 г баклажанов, 5 помидоров, 200 г кабачков, 10 зеленых маслин, 100 мл оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть. Баклажаны, кабачки и помидоры вымыть, очистить, нарезать ломтиками, посолить, поперчить, выложить на сковороду с разогретым оливковым маслом и тушить в течение 30 минут. Добавить маслины, перемешать, тушить 2–3 минуты, охладить, выложить горкой на блюдо, украсить веточками петрушки.

Салат из цикория по-татарски

Ингредиенты

500 г молодых листьев цикория, 5 зеленых маслин, 5 черных маслин, 50 мл оливкового масла, 1 чайная ложка яблочного уксуса, 1 чайная ложка лимонного сока, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Листья цикория вымыть, крупно нарезать, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и выложить в салатницу. Полить смесью уксуса и оливкового масла, перемешать и украсить маслинами.

Закуска из айвы

Ингредиенты

500 г айвы, 100 г сахара, 1 лимон, 1 чайная ложка горчицы, 1 чайная ложка столового уксуса, 1/2 чайной ложки пшеничной муки.

Способ приготовления

Айву вымыть, очистить, разрезать на две части, удалить сердцевину, натереть лимоном, положить в кастрюлю, залить

500 мл воды, довести до кипения и варить на умеренном огне в течение 15 минут. Положить сахар, варить еще 10 минут, добавить разведенную уксусом смесь муки и горчицы, довести до кипения, охладить, поставить на 30–40 минут в прохладное место.

Овощная закуска с пряностями по-дагестански

Ингредиенты

3 клубня картофеля, 2 моркови, 1 луковица, 100 г консервированного зеленого горошка, 80 мл растительного масла, 1 пучок зелени кинзы, 1/2 чайной ложки тмина, 1/4 чайной ложки молотой гвоздики, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, молотый мускатный орех на кончике ножа, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень кинзы вымыть, измельчить. Картофель, морковь и лук выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, посолить, жарить до готовности. Добавить тмин, перец, мускатный орех, гвоздику, перемешать и охладить. Подготовленные овощи выложить горкой на блюдо, посыпать зеленым горошком и измельченной зеленью кинзы.

Острая закуска из моркови

Ингредиенты

500 г моркови, 3 зубчика чеснока, 40 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, 1/2 чайной ложки тмина, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зелень петрушки вымыть и измельчить. Чеснок очистить, вымыть, растолочь с тмином и перцем, добавить 50 мл воды. Вылить смесь в кастрюлю, добавить растительное масло и нагревать 1–2 минуты на слабом огне. Влить 200 мл воды, добавить морковь, зелень петрушки, соль, варить на среднем огне до готовности, охладить.

Закуска из фасоли по-киргизски

Ингредиенты

500 г белой фасоли, 3–4 зубчика чеснока, 60 мл оливкового масла, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 чайной ложки тмина, сок 1/2 лимона, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть и нарубить. Чеснок очистить, вымыть. Предварительно замоченную фасоль положить в кастрюлю, добавить оливковое масло, лимонный сок, чеснок, тмин, перец, зелень петрушки, соль и тушить на слабом огне до

готовности, добавляя при необходимости воду.

Сай

Ингредиенты

500 г редьки, 1 луковица, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 50 мл растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, 1/ 4чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Редьку вымыть, очистить, нарезать соломкой, обдать кипятком, перемешать с луком и заправить смесью растительного масла, уксуса, соли и перца. Подать к столу, посыпав зеленью петрушки.

Овощной салат по-таджикски

Ингредиенты

100 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 4–5 сваренных вкрутую яиц, 2 сваренных в мундире клубня картофеля, 2 вареные моркови, 1 луковица, 1 яблоко, 1 огурец, 1 помидор, 1 корень сельдерея, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1/ 2пучка зеленого салата, 1/ 2чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления

Яйца очистить, разрезать на половинки. Помидор вымыть и фигурно нарезать. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Корень сельдерея вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, посыпать сахаром. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать соломкой. Огурец вымыть и нарезать кубиками. Картофель и морковь очистить, нарезать кубиками, смешать с корнем сельдерея, яблоком, огурцом, зеленым горошком, посолить, заправить майонезом. Листья салата вымыть, положить в центр блюда, на них – яйца и помидор. Вокруг разложить салат, посыпать зеленью петрушки.

Салат из протертой фасоли по-мавритански

Ингредиенты

200 г фасоли, 2 луковицы, 60 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1/ 2чайной ложки сахара, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Репчатый лук очистить, вымыть. 1 луковицу мелко нарезать. Зеленый лук вымыть, нарубить. В кипящую воду положить сахар, соль и промытую фасоль, варить 30–60 минут (в зависимости от сорта фасоли). Нарезанную луковицу обжарить в 1 столовой ложке растительного масла. Фасоль, обжаренный и сырой лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, перемешать,

выложить в салатник, полить смесью уксуса и оставшегося растительного масла, посыпать зеленым луком.

Салат из цветной капусты

Ингредиенты

500 г цветной капусты, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 зубчика чеснока, 40 мл растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1/2 пучка зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Яйца очистить, нарезать ломтиками. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Чеснок очистить, вымыть и измельчить. Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия, положить на 10 минут в холодную воду с добавлением уксуса, затем промыть и варить в течение 20 минут в подсоленной воде. Капусту остудить, выложить в салатник, посыпать чесноком, перцем и зеленью петрушки, полить растительным маслом и украсить ломтиками яиц.

Торши-муши

Ингредиенты

500 г кабачков, 2 зубчика чеснока, 60 мл растительного масла, 1 столовая ложка аджики, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 чайной ложки тмина, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть, нарубить. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Кабачки вымыть, очистить, нарезать кружочками, припустить в небольшом количестве подсоленной воды, выложить в глубокую миску, полить разведенной смесью уксуса и аджики, посыпать чесноком и тмином, заправить растительным маслом, перемешать, переложить в салатник, посыпать зеленью петрушки.

Острый салат с изюмом

Ингредиенты

3 сваренных в мундире клубня картофеля, 1 баклажан, 100 г изюма без косточек, 100 мл оливкового масла, 1 стручок острого перца, 1 пучок зелени петрушки, 1/4 чайной ложки куркумы, 1/4 чайной ложки тмина, молотый имбирь на кончике ножа, соль.

Способ приготовления

Картофель очистить, нарезать кубиками. Острый перец вымыть, удалить семена, измельчить. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Баклажан вымыть, опустить на 2–3 минуты в кипящую воду, очистить, нарезать кубиками и обжаривать в 2 столовых ложках оливкового масла в течение 4–5 минут, добавить изюм и жарить еще 3 минуты.

Баклажан и предварительно замоченный изюм выложить в

миску, добавить картофель, перец, куркуму, тмин, имбирь, соль и зелень петрушки.

Все перемешать, заправить оставшимся оливковым маслом, выложить в салатник, поставить в холодильник на 30–40 минут.

Сладкий морковный салат по-восточному

Ингредиенты

500 г моркови, 2 апельсина, 2 яблока, 1 мандарин, 100 г сметаны, сок $^1/_2$лимона, сахар.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке, обдать кипятком, остудить, сбрызнуть лимонным соком, посыпать сахаром и положить в прохладное место на 30–40 минут. Апельсины вымыть, очистить, мелко нарезать. Мандарин вымыть, очистить, разделить на дольки. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Апельсины смешать с морковью, добавить яблоки. Салат заправить сметаной, выложить горкой в салатник и украсить дольками мандарина.

Сладкий салат из тыквы по-узбекски

Ингредиенты

300 г вареной тыквы, 100 г чернослива, 4 яблока, 100 г сметаны, корица на кончике ножа, сахар.

Способ приготовления

Яблоки вымыть. 3 яблока очистить, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Из оставшегося яблока вырезать украшение. Предварительно замоченный чернослив варить 10 минут. Тыкву нарезать кубиками, перемешать с нарезанными яблоками, добавить чернослив, корицу, сахар и сметану. Салат выложить на большое блюдо и украсить яблоком.

Зеленый салат с острым соусом

Ингредиенты

300 г зеленого салата, 50 мл растительного масла, 50 г сметаны, 10 г горчицы, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Для приготовления соуса яйца очистить, желтки растереть с солью, добавить горчицу, уксус, перец и, непрерывно помешивая, ввести сметану и растительное масло.

Листья салата вымыть, мелко нарезать, смешать с рубленым яичным белком, залить приготовленным соусом, перемешать.

Салат из алычи с зеленым луком

Ингредиенты

200 г алычи, 2 пучка зеленого лука, 100 г майонеза, 2–3 веточки укропа, 20 мл лимонного сока, $^1/_2$пучка зелени

петрушки, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зеленый лук и зелень петрушки вымыть, нарубить. Веточки укропа вымыть. Алычу вымыть, разрезать пополам, удалить косточки, добавить зеленый лук, зелень петрушки, соль, перец. Салат перемешать, выложить в салатник, сбрызнуть лимонным соком, полить майонезом и украсить веточками укропа.

Салат из шпината и огурцов

Ингредиенты

300 г шпината, 4 огурца, 1 помидор, 100 г майонеза, 1/2 пучка зеленого лука, 1/2 пучка зелени петрушки, молотый шафран на кончике ножа, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Огурцы вымыть, нарезать кубиками. Помидор вымыть, вырезать украшение. Зелень петрушки и зеленый лук вымыть, измельчить. Шпинат вымыть, мелко нарезать, добавить зеленый лук, огурцы, соль, шафран и перец. Салат перемешать, выложить в салатник, заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки, украсить помидором.

Острая закуска из цветной капусты

Ингредиенты

500 г цветной капусты, 50 г топленого масла, 1 стручок острого перца, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Острый перец вымыть, удалить семена, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия и сварить в подсоленной воде. Капусту переложить в сковороду, поперчить, добавить топленое масло, острый перец, влить немного воды и тушить на слабом огне 10 минут. Остудить, посыпать зеленью петрушки.

Закуска из белокочанной капусты по-казахски

Ингредиенты

500 г белокочанной капусты, 100 г консервированного зеленого горошка, 50 мл растительного масла, 1 стручок острого перца, 1 пучок зелени петрушки, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, сок 1/2 лимона, 1 чайная ложка сахара, соль.

Способ приготовления

Острый перец вымыть, удалить семена, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Капусту вымыть, нашинковать, обдать кипятком, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, добавить острый перец, соль, смесь лимонного сока, сахара и уксуса, тщательно перемешать и нагревать на слабом огне в течение 2–3 минут. Отудить,

поставить в прохладное место на 4–5 часов и подать к столу, посыпав зеленью петрушки и украсив зеленым горошком.

Капуста под ореховым соусом

Ингредиенты

500 г белокочанной капусты, 100 г ядер грецких орехов, 50 г майонеза, 3 зубчика чеснока, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть. Для приготовления соуса орехи растолочь в ступке вместе с чесноком, добавить майонез, перец и лимонный сок.

Капусту вымыть, нашинковать, положить в кастрюлю, залить кипящей подсоленной водой и варить до готовности на среднем огне. Откинуть на дуршлаг, положить в глубокую миску, залить приготовленным соусом и растирать ступкой до тех пор, пока смесь не станет однородной.

Закуска из печеного лука

Ингредиенты

500 г репчатого лука, 50 мл растительного масла, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 гроздь винограда, 1 огурец, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Яйца очистить, нарезать ломтиками. Огурец вымыть, фигурно нарезать. Виноград вымыть, ягоды разрезать на половинки. Лук испечь в духовке, очистить, нарезать тонкими полукольцами, сбрызнуть уксусом, полить растительным маслом, посолить и поперчить. Украсить ягодами винограда, ломтиками вареных яиц, огурцом.

Салат из цветной капусты и овощей

Ингредиенты

500 г цветной капусты, 4 огурца, 3 моркови, 4 помидора, 200 г майонеза, 3 стручка болгарского перца, 1 пучок зелени сельдерея, $^1/_2$чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Цветную капусту вымыть, отварить в подсоленной воде, остудить, разобрать на соцветия и мелко нарезать.

Морковь вымыть, отварить, очистить, нарезать соломкой. Болгарский перец вымыть, удалить семена, крупно нарезать. Зелень сельдерея вымыть, измельчить. Помидоры и огурцы вымыть, нарезать ломтиками, соединить с зеленью сельдерея, морковью, болгарским перцем, цветной капустой. Салат поперчить, заправить майонезом, выложить горкой в салатник.

Овощной салат с консервированной фасолью

Ингредиенты

2 свеклы, 3 соленых огурца, 2 моркови, 1 сваренное вкрутую яйцо, 200 г консервированной фасоли, 200 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымыть, отварить, очистить, натереть на крупной терке. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Яйцо очистить, нарубить. Огурцы нарезать кубиками, смешать со свеклой, морковью, яйцом, фасолью. Салат посолить, заправить сметаной.

Свекольный салат со специями по-макински

Ингредиенты

4 свеклы, 3 луковицы, 3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки измельченной зелени кинзы, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка хмели-сунели, 1 чайная ложка молотого кориандра, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть, измельчить. Свеклу вымыть, отварить, очистить, натереть на крупной терке и смешать с луком. Для приготовления соуса смешать кориандр, хмели-сунели, уксус, соль, перец, зелень и чеснок. Заправить свеклу соусом. Салат перемешать, выложить в салатник.

Салат «Самарканд»

Ингредиенты

4 моркови, 40 г ядер грецких орехов, 3 зубчика чеснока, 120 г майонеза, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Морковь вымыть, очистить, натереть на мелкой терке, смешать с толчеными орехами и чесноком. Салат посолить, перемешать, заправить майонезом.

Салат из цветной капусты и яиц

Ингредиенты

500 г цветной капусты, 3 сваренных вкрутую яйца, 100 мл оливкового масла, 50 г сахара, 70 мл 3%-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления

Цветную капусту вымыть, отварить в подсоленной воде, разделить на соцветия, нарезать. Яйца очистить, нарубить. Для приготовления соуса смешать оливковое масло, сахар и уксус. Цветную капусту смешать с яйцами, поперчить, заправить соусом.

Салат из свеклы

Ингредиенты

3 крупные свеклы, 50 г тертого хрена, 50 г ядер грецких орехов, 2 луковицы, 100 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымыть, отварить, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Свеклу перемешать с измельченными орехами, хреном, луком. Салат посолить, заправить растительным маслом.

Фасолевый салат по-чимкентски

Ингредиенты

200 г белой фасоли, 2 луковицы, 3 стручка сладкого перца, 2 зубчика чеснока, 2 столовые ложки измельченной зелени кинзы, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка сливочного масла, $^1/_2$чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Фасоль замочить на 10 часов, тушить с добавлением воды, соли и растительного масла 40 минут, остудить. Лук и чеснок очистить, вымыть, измельчить. Сладкий перец вымыть, удалить семена, мелко нарезать. Фасоль смешать со сливочным маслом, томатной пастой, луком, чесноком, сладким перцем и кинзой. Салат поперчить, заправить сметаной.

Салат из зеленого горошка и моркови

Ингредиенты

200 г консервированного зеленого горошка, 3 моркови, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Яйца очистить, нарубить. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Морковь смешать с яйцами, зеленым горошком и зеленью, посолить, заправить сметаной.

Салат «Чинор»

Ингредиенты

500 г шпината, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 пучок зелени укропа, 1 пучок зелени петрушки, 1 зеленое яблоко, 1 зубчик чеснока, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Шпинат вымыть, крупно нарезать, припустить в кипящей воде и посолить. Яйца очистить, нарубить. Зелень укропа и петрушки вымыть, измельчить. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Шпинат смешать с яйцами, зеленью, яблоком и чесноком. Салат посолить, заправить сметаной.

Острая закуска из тыквы по-узбекски

Ингредиенты

300 г тыквы, 1 стручок острого перца, 50 мл оливкового масла, 1 чайная ложка тмина, 1 пучок зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Зелень кинзы вымыть, измельчить. Тыкву вымыть, очистить, нарезать мелкими кубиками, залить горячей подсоленной водой, тушить в течение 15 минут, затем добавить вымытый и мелко нарезанный острый перец и тмин. Довести тыкву до готовности, протереть через сито, смешать с зеленью кинзы, полить оливковым маслом.

Салат из яблок, орехов и зеленого лука

Ингредиенты

3 яблока, 1 столовая ложка ядер грецких орехов, 2 столовые ложки яблочного сока, 1 пучок зеленого лука, $^1/_2$чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Зеленый лук вымыть, нарубить, добавить яблоки, соль, сахар, влить сок. Салат украсить орехами.

Пряный салат из огурцов

Ингредиенты

3 огурца, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зелени укропа, 2 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка смеси из молотых фенхеля, тмина и имбиря, соль.

Способ приготовления

Зелень вымыть, нарубить. Огурцы вымыть, нарезать тонкими кружками и выложить на дно салатника. Сметану взбить с пряной смесью. Залить полученным соусом огурцы, посыпать зеленью.

Салат «Фарах-Руд»

Ингредиенты

300 г брынзы, 5 сваренных вкрутую яиц, 2 огурца, 2 пучка зелени укропа, 100 г майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Брынзу нарезать кубиками. Огурцы вымыть, нарезать кубиками. Яйца очистить, нарубить. Зелень укропа вымыть, большую часть измельчить. Огурцы смешать с брынзой, яйцами, измельченной зеленью укропа. Салат посолить, поперчить, заправить смесью сметаны и майонеза, украсить веточками укропа.

Закуска из огурцов и чеснока

Ингредиенты

10 огурцов, 5 зубчиков чеснока, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1 столовая ложка растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Огурцы вымыть, очистить, нарезать тонкими ломтиками, посолить, выложить в

салатник и полить соусом, приготовленным из смеси чеснока, растительного масла, перца и уксуса.

Закуска из капусты и граната

Ингредиенты

300 г белокочанной капусты, 1 гранат, 1 вареная морковь, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка лимонного сока, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь очистить, нарезать соломкой. Капусту вымыть, нашинковать, посолить, готовить 3 минуты на пару, остудить, смешать с зернами граната и морковью, выложить на блюдо, посыпать сахаром и перцем, сбрызнуть лимонным соком.

Заалук

Ингредиенты

3 кабачка, 2 баклажана, 2 стручка болгарского перца, 2 помидора, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 стручок острого перца, 100 мл растительного масла, 1 чайная ложка молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Кабачки и баклажаны вымыть, нарезать небольшими кусочками. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, нарезать. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Острый и болгарский перец вымыть, удалить семена, измельчить, обжарить в сливочном масле. Кабачки и баклажаны выложить в кастрюлю, посолить, поперчить, добавить растительное масло, чеснок и тушить 15 минут. Затем положить помидоры, острый и болгарский перец, тушить до полного выпаривания жидкости.

Салат из жареной моркови

Ингредиенты

4 моркови, 4 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки сахарной пудры, сок 1 апельсина, $^1/_2$лимона, $^1/_4$чайной ложки корицы, молотый мускатный орех на кончике ножа, $^1/_4$чайной ложки молотого душистого перца, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке и обжарить в 2 столовых ложках оливкового масла. Затем охладить, посолить, поперчить, посыпать корицей, молотым мускатным орехом и сахарной пудрой, полить апельсиновым соком и оставшимся оливковым маслом. Салат выложить горкой в салатник и подать к столу, украсив дольками очищенного лимона.

Закуска из тыквы и айвы

Ингредиенты

300 г вареной тыквы, 4 айвы, 2 столовые ложки оливкового

масла, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Айву вымыть, удалить сердцевину, разрезать на четверти, сбрызнуть соком. Тыкву нарезать кусочками, смешать с айвой, посолить, поперчить, выложить в салатник, заправить маслом.

Сырные шарики

Ингредиенты

300 г тертого сыра, 5 яичных белков, 2 столовые ложки топленого масла, 2–3 чайные ложки муки, 1 пучок зелени петрушки, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть, нарубить. Яичные белки посолить и взбить, добавляя небольшими порциями сыр. Полученную массу поперчить и тщательно перемешать. Сформовать небольшие шарики, обвалять их в муке и обжаривать в топленом масле до тех пор, пока они не увеличатся в объеме вдвое, затем подать к столу на большом блюде, посыпав зеленью петрушки.

Закуска из лимона с сыром

Ингредиенты

2 лимона, 100 г сыра, 50 г майонеза.

Способ приготовления

Лимоны вымыть, очистить, нарезать тонкими кружочками, выложить на блюдо. Сыр натереть на крупной терке, добавить майонез, перемешать и положить небольшое количество смеси на каждый кружок лимона.

Салат из брынзы и помидоров

Ингредиенты

300 г брынзы, 3 помидора, 1 яблоко, 100 г сметаны, 1 пучок зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Брынзу натереть на крупной терке. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть, измельчить. Помидоры вымыть, нарезать тонкими кружочками, добавить брынзу, яблоко, зелень укропа. Салат посолить и заправить сметаной.

Закуска из творога по-шерабадски

Ингредиенты

200 г творога, 200 г зеленого лука, 2 столовые ложки сметаны, 100 мл кефира, 1 пучок зелени укропа, соль.

Способ приготовления

Зеленый лук вымыть и нарезать кусочками длиной 1 см. Зелень укропа вымыть, нарубить. Творог растереть с солью, добавить кефир, сметану, зеленый лук, перемешать, поставить в

прохладное место на 20 минут, затем посыпать зеленью укропа.

Салаты и закуски из рыбы и морепродуктов

Картофель с анчоусами

Ингредиенты

3 клубня сваренного в мундире картофеля, 50 г анчоусов, 5–7 черных маслин, 2 столовые ложки растительного масла, 2 чайные ложки столового уксуса, 1 луковица, 1 пучок зелени кинзы, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1/ 4чайной ложки молотого красного перца.

Способ приготовления

Картофель и яйцо очистить, нарезать кусочками. Анчоусы мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Картофель смешать с анчоусами, поперчить, выложить на блюдо, украсить луком и маслинами, полить смесью уксуса и растительного масла, посыпать зеленью кинзы.

Рыбный салат по-магрибски

Ингредиенты

300 г консервированного тунца, 100 г вареного риса, 5 столовых ложек оливкового масла, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1 помидор, 1 банан, 1 чайная ложка лимонного сока, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1/ 4чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Помидор вымыть, нарезать тонкими ломтиками. Банан очистить, нарезать кружочками. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Рис перемешать с кусочками тунца, помидором и бананом. Для приготовления соуса смешать оливковое масло, уксус, лимонный сок, перец и соль. Заправить салат соусом, перемешать и поставить в прохладное место на 10–15 минут. Затем переложить в салатник, посыпать зеленью петрушки.

Кальмары с маринованным луком

Ингредиенты

300 г вареных кальмаров, 2 луковицы, 1 столовая ложка растительного масла, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка сахара, 1/ 2чайной ложки молотого кориандра, 1/ 2чайной ложки семян фенхеля, душистый перец горошком, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами. В кастрюлю налить 1 стакан воды, добавить уксус, кориандр, соль, сахар и душистый перец. Довести смесь до кипения и охладить.

Нарезанный тонкими кольцами лук положить в стеклянную посуду, залить приготовленным маринадом и выдержать в прохладном месте 1,5 часа. Кальмары мелко нарезать, добавить растительное масло, выложить в салатник, сверху выложить маринованный лук, посыпать семенами фенхеля.

Анчоусы в лимонном соусе

Ингредиенты

300 г соленых анчоусов, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 2 столовые ложки оливкового масла, 1/2 пучка зелени петрушки, сок 1/2 лимона.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть. Лук нарезать кольцами, чеснок измельчить. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Анчоусы замочить в холодной воде на 30 минут, затем промыть, разделать, удалив кости, и нарезать небольшими ломтиками. Уложить анчоусы на блюдо, посыпать чесноком, зеленью петрушки, сверху выложить лук. Для приготовления соуса смешать оливковое масло с лимонным соком. Полить приготовленным соусом анчоусы.

Бахрия

Ингредиенты

150 г консервированной в масле рыбы, 4 помидора, 4 стручка болгарского перца, 100 г сыра, 5–7 черных маслин, 5–6 столовых ложек оливкового масла, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 столовая ложка каперсов, 1 чайная ложка аджики, сок 1 лимона, 1/2 столовой ложки столового уксуса, 1/2 батона, 1/2 чайной ложки молотого тмина, 1/2 чайной ложки молотой сушеной мяты, 1/2 чайной ложки молотого кориандра, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Лук очистить, вымыть. Помидоры и болгарский перец вымыть, запечь в духовке вместе с луком. Помидоры и перец очистить от кожицы. Из болгарского перца вынуть семена. Помидоры, болгарский перец и лук мелко нарезать, добавить каперсы и соль, полить смесью лимонного сока и 2 столовых ложек оливкового масла. Добавить чеснок, тмин, тертый сыр, измельченную консервированную рыбу, мяту и оставшееся оливковое масло. Яйцо очистить, нарезать кружочками.

Смешать в отдельной посуде уксус, аджику, кориандр и 1/2 стакана воды. Батон нарезать тонкими ломтиками и обмакнуть каждый из них в приготовленную смесь. Когда ломтики батона обсохнут, положить их в глубокую миску, добавить готовую смесь, перемешать и уложить на блюдо в форме пирамиды.

Сверху украсить кружочками яйца и маслинами.

Рыбный салат «Визирь»

Ингредиенты

300 г вареной рыбы, 4 вареные моркови, 3 сваренных в мундире клубня картофеля, 3 стручка сладкого перца, 200 г майонеза, 2 сваренных вкрутую яйца, соль.

Способ приготовления

Сладкий перец вымыть, удалить семена, нарезать кусочками. Картофель и морковь очистить, нарезать соломкой. Яйца очистить, нарубить. Филе рыбы измельчить, смешать с яйцами, морковью, картофелем и перцем. Салат посолить, заправить майонезом, перемешать, выложить в салатник.

Салат с креветками по-мекканski

Ингредиенты

300 г вареных очищенных креветок, 200 г консервированной спаржи, 200 г маринованных мидий в рассоле, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 пучок листьев салата, 1 пучок зелени укропа, $^1/_2$стакана сливок, перец.

Способ приготовления

Листья салата вымыть. Зелень укропа вымыть, нарубить. Для приготовления соуса смешать рассол из-под мидий, сливки, майонез, лимонный сок и перец. Креветки, мидии, зелень укропа и спаржу перемешать и залить полученным соусом. Листьями салата выстлать блюдо, выложить на них салат.

Яблочный салат с кальмарами

Ингредиенты

300 г яблок, 300 г вареных кальмаров, 100 г майонеза, 1 пучок зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать соломкой. Зелень кинзы вымыть. Кальмары мелко нарезать, смешать с яблоками, посолить. Салат заправить майонезом, украсить веточками кинзы.

Сардины с маслинами

Ингредиенты

200 г консервированных в масле сардин, 100 г черных маслин, 1 луковица, 1 помидор, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, $^1/_2$чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Помидор вымыть, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом и оставить на 15 минут. Сардины и маслины выложить на плоскую тарелку, украсить луком, и помидором.

Мясные салаты и закуски

Салат «Фарогат»

Ингредиенты

200 г отварной баранины, 2 редьки, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 2 помидора, 1 чайная ложка столового уксуса, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 пучка зеленого лука, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть, фигурно нарезать. Зелень петрушки вымыть. Зеленый лук вымыть, нарубить. Редьку вымыть, очистить, нарезать кубиками и посолить. Мясо нарезать соломкой, перемешать с редькой и зеленым горошком, выложить в салатник, полить уксусом, заправить майонезом, украсить веточками петрушки, зеленым луком и помидорами.

Салат из мяса цыпленка

Ингредиенты

350 г вареного мяса цыпленка, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 яблоко, 1 чайная ложка лимонного сока, 1/2 пучка зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Яйца очистить, нарубить. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Мясо цыпленка мелко нарезать, смешать с яблоком, яйцами, зеленым горошком, посолить, полить лимонным соком и оставить на 15 минут. Заправить салат майонезом, выложить в салатник и посыпать измельченной зеленью петрушки.

Салат из мяса цыпленка по-бангладешски

Ингредиенты

400 г вареного мяса цыпленка, 100 г ядер грецких орехов, 100 г майонеза, 50 г сметаны, 8-10 черных оливок, 1 пучок зелени кинзы, 1/2 чайной ложки молотого кориандра, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень кинзы вымыть. Мясо цыпленка мелко нарезать, грецкие орехи измельчить. Сметану и майонез смешать, добавив перец и кориандр. Соединить мясо и орехи, заправить приготовленным соусом, посолить, переложить в салатник, украсить оливками и веточками кинзы.

Салат «Дуррес»

Ингредиенты

200 г вареной говядины, 200 г козьего сыра, 150 г майонеза, 100–150 г черных оливок, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 вареная морковь, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок зеленого лука, соль.

Способ приготовления

Яйца очистить, разрезать на 2 части, отделить желтки от белков. Белок мелко нарезать. Морковь очистить и натереть на крупной терке вместе с сыром. Листья салата вымыть, крупно нарезать. Зеленый лук вымыть, нарубить. Мясо мелко нарезать и наполнить им оливки. Соединить оливки, яичный белок, морковь, сыр и листья салата, заправить майонезом, посолить и выложить в салатник. Готовый салат украсить луком и рубленым яичным желтком.

Салат из баранины с сухофруктами

Ингредиенты

300 г вареной баранины, 300 г кураги и чернослива, 200 г майонеза, 50 г ядер грецких орехов, 2 чайные ложки сахара, 1/2 граната, соль.

Способ приготовления

Баранину нарезать небольшими кубиками. Предварительно замоченные курагу и чернослив нарезать тонкими полосками. Орехи измельчить. Все ингредиенты соединить, добавить сахар, соль, заправить майонезом и выложить в салатник. Подать к столу, украсив зернами граната.

Салат из мяса цыпленка с черносливом

Ингредиенты

250 г вареного мяса цыпленка, 100 г чернослива, 50 г ядер грецких орехов, 3–4 столовые ложки гранатового сока, 1/4 чайной ложки молотого кориандра, мускатный орех на кончике ножа, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо цыпленка нарезать небольшими ломтиками, предварительно замоченный чернослив – тонкими полосками. Мясо соединить с черносливом, добавить толченые орехи, кориандр, мускатный орех, перец и соль. Заправить салат гранатовым соком.

Салат «Кундар»

Ингредиенты

300 г вареной баранины, 3 сваренных в мундире клубня картофеля, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 сырой яичный желток, 1 луковица, 150 г сметаны, 50 г майонеза, 1 чайная ложка сахара, 1/2 чайной ложки горчицы, сок 1/2 лимона, перец, соль.

Способ приготовления

Баранину нарезать ломтиками. Картофель и яйца очистить, мелко нарезать (1 желток оставить для соуса). Лук очистить,

вымыть, измельчить. Для приготовления соуса вареный яичный желток протереть через сито, смешать с сырым желтком, добавить перец, соль, сахар, горчицуи растереть до получения однородной массы. В полученную смесь положить сметану, майонез, лимонный сок и тщательно перемешать.

Смешать мясо, картофель, лук и яйца, заправить приготовленным соусом.

Салат из копченой курицы

Ингредиенты

400 г филе копченой курицы, 4 сваренных в мундире клубня картофеля, 4 сваренных вкрутую яйца, 3 луковицы, 250 г майонеза, 1 гранат, 1/2 чайной ложки черного молотого перца.

Способ приготовления

Картофель и яйца очистить. Картофель нарезать кубиками, яйца нарубить. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Из граната вынуть зерна. Филе копченой курицы мелко нарезать. Продукты выложить в салатник слоями: мясо, картофель, яйца, лук. Каждый слой смазать майонезом и поперчить. Украсить салат зернами граната, поставить на 1 час в прохладное место.

Салат «Хива»

Ингредиенты

250 г мяса копченого цыпленка, 250 г вареного говяжьего языка, 100 г вареных грибов, 1 яблоко, 1 огурец, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 столовая ложка горчицы, 1 чайная ложка лимонного сока, 1/2 пучка зелени кинзы, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Огурец и зелень кинзы вымыть. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину и натереть на крупной терке. Мясо цыпленка, язык, огурец и грибы мелко нарезать, добавить яблоко, посолить, поперчить, заправить смесью оливкового масла, горчицы и лимонного сока, выложить в салатник, украсить веточками кинзы.

Салат из мяса курицы с апельсинами

Ингредиенты

300 г вареного мяса курицы, 2 апельсина, 1 сваренное вкрутую яйцо, 100 г майонеза, 1 яблоко, 1/2 пучка зеленого лука, 1 чайная ложка аджики, 1/2 чайной ложки лимонного сока.

Способ приготовления

Яблоко и апельсины вымыть, очистить, мелко нарезать. Яйцо очистить, отделить белок от желтка. Зеленый лук вымыть, нарубить. Мясо курицы нарезать ломтиками, смешать с апельсинами, яблоком, рубленым желтком и лимонным соком. Майонез смешать с аджикой, салат заправить полученным соусом, выложить в салатник, украсить зеленым луком и

рубленым яичным белком.

Острая закуска из бараньей печени

Ингредиенты

Баранья печень, 100 мл растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 1 стручок острого перца, 1 чайная ложка бараньего жира, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Печень промыть, нарезать ломтиками, посолить, поперчить, выложить в сковороду с разогретым растительным маслом и жарить в течение 7-10 минут на сильном огне. Стручок острого перца вымыть, растолочь в кастрюле, посолить, добавить жир и обжаривать в течение 5 минут на умеренном огне. Влить в кастрюлю 0,5 л воды, довести ее до кипения, затем положить обжаренную печень, тушить на умеренном огне в течение 25 минут, добавить уксус и тушить еще 5 минут. Подать к столу как холодную закуску.

Салат из говяжьего языка

Ингредиенты

200 г вареного говяжьего языка, 2 сваренных в мундире клубня картофеля, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 соленый огурец, 100 г майонеза, $^1/_2$пучка зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Картофель очистить, нарезать соломкой. Яйца очистить, отделить белки от желтков. Белки крупно нарезать. Зелень кинзы вымыть. Соленый огурец и язык нарезать соломкой, смешать с картофелем, яичными белками, добавить растертые с майонезом яичные желтки, посолить, выложить в салатник и украсить веточками кинзы.

Салат из курицы и кальмаров

Ингредиенты

300 г вареного куриного мяса, 100 г вареных кальмаров, 1 соленый огурец, 1 яблоко, 200 г майонеза, $^1/_4$чайной ложки молотого шафрана, соль.

Способ приготовления

Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Кальмары, мясо и соленый огурец мелко нарезать, добавить яблоко, соль, молотый шафран, заправить майонезом и выложить в салатник.

Мясной салат по-казахски

Ингредиенты

300 г вареной говядины, 1 клубень сваренного в мундире картофеля, 2 маринованных огурца, 1 вареная морковь, 1 яблоко, 2 яйца, 100 г майонеза, 20 г сливочного масла, 3 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка,

2 столовые ложки молока, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Яйца взбить с молоком, посолить и вылить на сковороду с разогретым сливочным маслом. Готовый омлет остудить, нарезать соломкой. Морковь и картофель очистить, нарезать небольшими ломтиками. Яблоко вымыть, очистить, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Зелень укропа вымыть, нарубить. Мясо и огурцы нарезать тонкими ломтиками, добавить картофель, морковь, яблоко, заправить смесью майонеза, сметаны и перца, выложить горкой в салатник. Подать к столу, украсив зеленью укропа, зеленым горошком и омлетом.

Рулет из бараньей печени

Ингредиенты

400 г бараньей печени, 200 г бараньего или говяжьего сала, 50 г сливочного масла, 3–4 столовые ложки растительного масла, 2 луковицы, 1 столовая ложка желатина, перец, соль.

Способ приготовления

Печень промыть, нарезать брусочками, посолить и обжарить в растительном масле (2 столовые ложки). Лук очистить, вымыть, мелко нарезать и обжарить в оставшемся растительном масле. Сало положить в кипящую подсоленную воду, варить 25–30 минут, затем нарезать ломтиками, соединить с печенью и луком, добавить предварительно замоченный желатин и перец, перемешать, завернуть в целлофан в виде рулета, положить в кипящую воду, варить в течение 7-10 минут на среднем огне, после чего снять целлофан. Готовый рулет украсить кубиками сливочного масла, положить в прохладное место на 1–2 часа.

Салат из баранины по-ташкентски

Ингредиенты

200 г вареной баранины, 300 г редиса, 100 мл растительного масла, 2 луковицы, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка лимонного сока, $^1/_2$пучка зелени сельдерея, $^1/_2$чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень сельдерея вымыть, нарубить. Редис вымыть, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, посолить, полить смесью уксуса и лимонного сока, посыпать перцем и оставить на 30 минут. Мясо нарезать тонкими ломтиками, смешать с зеленью сельдерея, редисом и добавить подготовленный лук. Салат перемешать, заправить растительным маслом.

Салат из бараньей печени по-узбекски

Ингредиенты

300 г вареной бараньей печени, 4 луковицы, 1 редька, 1

сваренное вкрутую яйцо, 4 столовые ложки оливкового масла, 1 чайная ложка лимонного сока, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Яйцо очистить, нарубить. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Печень нарезать соломкой. Редьку вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами, сбрызнуть лимонным соком, посыпать солью, перцем и оставить на 20 минут. Затем добавить к нему печень, редьку, зелень петрушки. Салат перемешать, переложить в салатницу, заправить оливковым маслом и подать к столу, украсив яйцом.

Салат «Восточная крепость»

Ингредиенты

300 г вареного мяса курицы, 5 помидоров, 100 г маринованного винограда, 4–5 столовых ложек майонеза, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 пучок зеленого лука, 1/2 лимона, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Мясо нарезать ломтиками. Зеленый лук вымыть, нарубить. Яйцо очистить, нарубить. Лимон очистить, нарезать тонкими ломтиками. Помидоры вымыть, нарезать тонкими дольками, выложить горкой в салатник, посолить, посыпать перцем. Вокруг помидоров разложить ломтики мяса, маринованный виноград и зеленый лук. Салат полить майонезом, украсить лимоном и яйцом.

Закуска из баранины и брынзы

Ингредиенты

200 г вареной баранины, 200 г брынзы, 3 сваренных вкрутую яйца, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок зелени укропа и кинзы, 1 чайная ложка горчицы, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Баранину нарезать соломкой, брынзу натереть на крупной терке. Листья салата, зелень укропа и кинзы вымыть, измельчить. Яйца очистить, нарубить. Продукты выложить на блюдо слоями: мясо, листья салата, яйца, 100 г брынзы. Для приготовления соуса оставшуюся брынзу смешать с растительным маслом, горчицей, сахаром, солью, перцем и зеленью укропа и кинзы. Закуску полить соусом.

Закуска «Ходжентская»

Ингредиенты

200 г вареной говядины, 1 огурец, 1 помидор, 1 сваренное

вкрутую яйцо, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка тертого сыра, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки.

Способ приготовления

Огурец и помидор вымыть, нарезать кружочками. Мясо нарезать ломтиками, выложить на блюдо. Яйцо очистить, разрезать вдоль, вынуть желток, наполнить сыром и положить на ломтики мяса. Закуску украсить растертым со сливочным маслом желтком, огурцом и помидором и подать к столу, посыпав зеленью петрушки.

Салат «Чимбай»

Ингредиенты

700 г мяса курицы, 6 соленых огурцов, 5 клубней сваренного в мундире картофеля, 3 вареные моркови, 50 г консервированного зеленого горошка, 3 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки майонеза, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 пучок зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Зелень кинзы вымыть, нарубить. Огурцы нарезать кружочками. Картофель и морковь очистить, нарезать кружочками. Яйца очистить, нарубить. Мясо курицы промыть, нарезать ломтиками, обжарить в оливковом масле, соединить с огурцами, картофелем, морковью, яйцами и зеленью кинзы. Салат посолить, заправить майонезом, выложить в салатник и подать к столу, украсив зеленым горошком.

Салат из говяжьего сердца и лука

Ингредиенты

400 г говяжьего сердца, 4 луковицы, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки тертого сыра, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 100 г сметаны, 100 г вареного риса, соль.

Способ приготовления

Чеснок и лук очистить, вымыть, измельчить. Говяжье сердце промыть, отварить в подсоленной воде с добавлением уксуса, затем остудить, измельчить, смешать с обжаренным в растительном масле луком, рисом и сыром.

Для приготовления соуса чеснок взбить со сметаной. Салат заправить соусом.

Закуска «Джизаг»

Ингредиенты

300 г вареной говядины, 1 вареная морковь, 1 луковица, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 гранат, 1 столовая ложка консервированного зеленого горошка, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, $^1/_2$лимона.

Способ приготовления

Яйцо и морковь очистить, мелко нарезать. Гранат вымыть, вынуть зерна. Лимон очистить, нарезать тонкими дольками. Лук очистить, вымыть, нарубить. Говядину нарезать ломтиками, выложить на блюдо, сверху положить яйцо и морковь, затем лимон, лук, зеленый горошек, зерна граната и зелень петрушки.

Салат из баранины по-набельски

Ингредиенты

300 г вареной баранины, 1 вареная морковь, 1 соленый огурец, 1 луковица, 2 чайные ложки растительного масла, 2 столовые ложки майонеза, 1 столовая ложка консервированного зеленого горошка, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Морковь очистить, нарезать соломкой. Огурец нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, измельчить, обжарить в растительном масле. Мясо нарезать соломкой, смешать с морковью, огурцом, луком, посолить и поперчить. Салат перемешать, выложить в салатник, заправить майонезом, украсить зеленым горошком.

Закуска из вяленой козлятины и огурцов

Ингредиенты

300 г вяленой козлятины, 4 огурца, 100 мл мясного бульона, 100 г сметаны, 50 г консервированного зеленого горошка, 2 пучка зелени укропа, 1 столовая ложка муки, 1 пучок зелени петрушки и кинзы, 1/2 лимона, 2 чайные ложки растительного масла, 1/2 чайной ложки тмина, перец, соль.

Способ приготовления

Лимон нарезать ломтиками. Зелень укропа, кинзы и петрушки вымыть, нарубить. Огурцы вымыть, нарезать тонкими ломтиками. Вяленое мясо отварить до мягкости. Для приготовления соуса муку обжарить в растительном масле, влить бульон, довести смесь до кипения и нагревать на слабом огне, пока не загустеет. Затем добавить сметану, соль, перец, тмин, довести до кипения и положить зелень петрушки.

Огурцы перемешать с зеленью укропа, заправить соусом, выложить горкой на середину блюда, по краям разложить ломтики вяленого мяса. Закуску украсить ломтиками лимона, зеленым горошком, посыпать зеленью кинзы.

Салат из баранины, сыра и груш

Ингредиенты

200 г вареной баранины, 200 г тертого сыра, 3 груши, 2 сваренных в мундире клубня картофеля, 2 помидора, 2 моркови, 3 столовые ложки яблочного сока, 2 столовые ложки меда, 2

столовые ложки измельченной зелени петрушки.

Способ приготовления

Груши вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать тонкими ломтиками. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Картофель очистить, нарезать соломкой. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Баранину нарезать соломкой, смешать с грушами, морковью, картофелем, сыром, помидорами, полить яблочным соком, заправить медом и подать к столу, украсив измельченной зеленью петрушки.

Мясной рулет с орехами

Ингредиенты

200 г баранины, 100 г вареного мяса курицы, 2 столовые ложки толченых ядер грецких орехов, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка жира, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Баранину промыть, отбить, посолить и поперчить. Мясо курицы мелко нарезать. На баранину выложить кусочки куриного мяса и смесь из толченых орехов и сливочного масла. Свернуть мясо рулетом, перетянуть шпагатом, обжарить в растопленном жире, после чего охладить и подать к столу, разрезав на куски.

Закуска «Сари-Пуль»

Ингредиенты

200 г вареной баранины, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки толченых ядер грецких орехов, 3 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки измельченной зелени укропа, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 чайная ложка желатина, 1 чайная ложка сахара, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Для приготовления соуса орехи смешать с майонезом, сахаром, лимонным соком, чесноком и предварительно замоченным желатином. Нарезанное кусочками мясо посолить, залить соусом, поставить на 1 час в холодильник, после чего подать к столу, украсив зеленью укропа.

Паштет из куриной печени

Ингредиенты

700 г вареной куриной печени, 20 г масла, 3 луковицы, 2 столовые ложки коньяка, 200 г сливок, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, 1 чайная ложка соли.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, измельчить. Куриную печень пропустить через мясорубку, положить в кастрюлю, залить сливками, добавить лук, коньяк, перец, соль и перемешать. Затем выложить в смазанную маслом форму и поставить в холодильник

на 5 часов.

Закуска из баранины и кабачков

Ингредиенты

300 г вареной баранины, 500 г кабачков, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Мясо нарезать ломтиками. Кабачки вымыть, очистить, запечь в духовке, нарезать тонкими ломтиками по длине и уложить на блюдо, чередуя с ломтиками мяса, посыпанными чесноком. Лимонный сок перемешать с перцем, солью и растительным маслом, добавить зелень петрушки и полить приготовленным соусом мясо и кабачки.

Закуска из баранины и вареной моркови

Ингредиенты

500 г вареной моркови, 300 г вареной баранины, 2 зубчика чеснока, 5 столовых ложек оливкового масла, 2 столовые ложки лимонного сока, $^1/_2$пучка зелени кинзы, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Мясо нарезать ломтиками. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Морковь очистить, нарезать тонкими кружочками, выложить на блюдо, чередуя с ломтиками мяса, посыпанными толченым чесноком. Лимонный сок размешать с оливковым маслом, солью, перцем, добавить зелень кинзы и полить приготовленным соусом мясо и морковь.

Оми хория

Ингредиенты

500 г моркови, 300 г вяленой баранины, 2 зубчика чеснока, 5 столовых ложек растительного масла, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1 столовая ложка аджики, 1 чайная ложка молотого тмина, $^1/_2$чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Вяленое мясо отварить до мягкости, нарезать ломтиками. Морковь вымыть, очистить, отварить в подсоленной воде, размять вилкой, добавить баранину, соль, разведенную в уксусе аджику, чеснок, перец и тмин, перемешать, полить растительным маслом.

Салат «Саксаульский»

Ингредиенты

300 г вареной баранины, 200 г вареной козлятины, 150 г консервированного зеленого горошка, 5 сваренных вкрутую яиц, 2

яблока, 1 луковица, 200 г майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка лимонного сока, соль.

Способ приготовления

Яйца очистить, нарубить. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, измельчить. Мясо нарезать тонкими ломтиками, смешать с луком, сбрызнуть уксусом и обжарить в растительном масле. Затем остудить, переложить в глубокую миску, добавить яйца, яблоки, посолить, перемешать, выложить горкой в салатник, сбрызнуть лимонным соком, заправить майонезом и украсить зеленым горошком.

Салат из баранины и хрена

Ингредиенты

200 г вареной баранины, 100 г тертого хрена, 2 луковицы, 100 г майонеза, 1 столовая ложка бараньего жира, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка лимонного сока, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, измельчить, обжарить в жире. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Мясо нарезать кубиками, посолить, добавить лук, смешанный с лимонным соком хрен и зелень петрушки, заправить майонезом.

Острая закуска из баранины и баклажанов

Ингредиенты

300 г вареной баранины, 2 стручка острого перца, 2 баклажана, 2 столовые ложки растительного масла, 2 зубчика чеснока, 2 чайные ложки аджики, 1 морковь, 1 луковица, 1 батон, соль.

Способ приготовления

Мясо пропустить через мясорубку. Баклажаны и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Острый перец вымыть, измельчить. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Баклажаны, морковь, лук, острый перец и чеснок выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, обжарить, добавить аджику, соль, влить немного воды и тушить в течение 20 минут. Добавить мясо и тушить еще 3–5 минут. Готовую смесь остудить, выложить на ломтики батона.

Мясной салат по-мешхедски

Ингредиенты

300 г вареного мяса курицы, 300 г маринованных огурцов, 200 г майонеза, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 лимон, 1 пучок зелени петрушки, перец.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть. Яйцо очистить, нарезать

кружочками. Лимон вымыть, очистить, нарезать тонкими ломтиками. Мясо и маринованные огурцы мелко нарезать, поперчить, заправить майонезом, выложить горкой в салатник и украсить яйцом, лимоном и веточками петрушки.

Мясной салат с фруктами

Ингредиенты

300 г вареной баранины, 2 яблока, 1 апельсин, 2 сваренных вкрутую яйца, 150 г майонеза, 1 чайная ложка лимонного сока, 1 чайная ложка аджики, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, натереть на крупной терке. Апельсин вымыть, очистить, разделить на дольки. Яйца очистить, нарубить. Мясо нарезать тонкими ломтиками, посолить, добавить яблоки, апельсин, яйца. Салат сбрызнуть лимонным соком, выложить горкой в салатник и заправить смесью майонеза и аджики.

Салат из бараньего легкого и лука

Ингредиенты

500 г бараньего легкого, 5 луковиц, 1 пучок зеленого лука, 200 г майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Баранье легкое промыть, отварить в подсоленной воде. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать кольцами и обжарить в растительном масле. Зеленый лук вымыть, нарубить.

Легкое мелко нарезать, смешать с репчатым луком, поперчить. Салат заправить майонезом и выложить горкой в салатник, украсив измельченным зеленым луком.

Салат из бараньего сердца, риса и сыра

Ингредиенты

200 г тушеного бараньего сердца, 100 г вареного риса, 100 г сыра, 2 зубчика чеснока, 2 луковицы, 1 пучок зелени кинзы, 100 г сметаны, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления

Сыр нарезать кубиками, баранье сердце – ломтиками. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень кинзы вымыть, часть нарубить. Ломтики бараньего сердца смешать с луком, полить уксусом, посолить и оставить на 20 минут. Затем добавить рис, сыр, измельченную зелень кинзы и перемешать. Салат выложить горкой в салатник, полить смесью сметаны и чеснока, украсить веточками кинзы.

Первые блюда

Постные супы

Чалоп

Ингредиенты

1 л простокваши, 3 огурца, 4 редиса, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени укропа и кинзы, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Простоквашу разбавить водой (300 мл), посолить, поперчить, охладить.

Огурцы, редис, зеленый лук и зелень вымыть, мелко нарезать, смешать, залить простоквашей.

Йогуртовый суп с изюмом по-иранski

Ингредиенты

600 мл несладкого йогурта, 100 г изюма без косточек, 1 огурец, 1 пучок зелени петрушки и укропа, 1/2 пучка зеленого лука, перец, соль.

Способ приготовления

Огурец вымыть и нарезать кубиками. Зеленый лук, зелень петрушки и укропа вымыть, измельчить. Изюм залить кипящей водой, нагревать на слабом огне в течение 3 минут. Изюм вынуть, отвар процедить.

В глубокую миску положить огурец, зеленый лук, посолить, поперчить, залить йогуртом, добавить изюм и отвар, перемешать. Оставить в прохладном месте на 20 минут, затем разлить по тарелкам, положить в каждую зелень петрушки и укропа.

Йогуртовый суп по-иракски

Ингредиенты

500 мл несладкого йогурта, 2 огурца, 1 луковица, 50 г изюма без косточек, 50 г ядер грецких орехов, 1/2 пучка зеленого лука, 4 веточки тархуна, лаваш, перец, соль.

Способ приготовления

Огурцы вымыть, натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, измельчить. Зеленый лук и тархун вымыть, нарубить. Орехи растолочь.

Йогурт слегка взбить с солью и перцем, добавить огурцы, репчатый лук, зеленый лук и тархун, предварительно замоченный изюм и орехи, влить 200 мл воды, перемешать, охладить. Суп разлить по тарелкам, добавить в каждую кусочки лаваша.

Доградмач

Ингредиенты

300 мл катыка, 2 огурца, 100 мл минеральной воды, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 пучок зеленого лука, 1/2 пучка зелени укропа, 4 веточки мяты, перец, соль.

Способ приготовления

Огурцы вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Яйца очистить и нарубить. Зелень укропа и зеленый лук вымыть, измельчить. Мяту вымыть, нарезать, размять с солью и перцем, смешать с огурцами, яйцами, зеленью укропа и зеленым луком, добавить смесь катыка и минеральной воды.

Мдеммес

Ингредиенты

800 г стручковой фасоли, 100 мл оливкового масла, 1 столовая ложка тмина, 1/2 пучка зелени петрушки, сок 1/2 лимона, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть, нарубить. Фасоль вымыть и варить в 2 л подсоленной воды до готовности. Затем добавить тмин, перец, смесь оливкового масла и лимонного сока, довести до кипения и варить на слабом огне в течение 2 минут. Добавить зелень петрушки.

Биринчоба

Ингредиенты

4 клубня картофеля, 50 г риса, 2 помидора, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 чайная ложка аджики, 1/2 пучка зелени кинзы, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Помидоры вымыть, обдать кипятком, очистить от кожицы. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень кинзы и петрушки вымыть, нарубить. В разогретом растительном масле обжарить лук, добавить помидоры и томатную пасту. Залить смесь 2 стаканами воды и довести до кипения, после чего добавить промытый рис, картофель, аджику. Суп посолить, поперчить и варить до готовности. При подаче к столу посыпать зеленью кинзы и петрушки.

Картофельная шорба

Ингредиенты

4 клубня картофеля, 250 мл молока, 50 г вермишели, 20 г сливочного масла, 1 луковица, 1 пучок зелени петрушки, сок 1/2 лимона, 1/4 чайной ложки молотого черного перца, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить. Лук очистить, вымыть, нарубить. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать. Картофель разрезать на 4 части, посыпать луком, посолить и поперчить. Залить 1 л воды и варить в течение 20–25 минут. Готовый

картофель вынуть, размять, снова положить в бульон и довести до кипения. Вермишель опустить в кипящую воду, варить 10–15 минут, затем добавить кипяченое молоко, масло, зелень петрушки и сок лимона.

Томатный суп по-гамбийски

Ингредиенты

1 л овощного бульона, 200 г мелкой вермишели, 70 мл растительного масла, 5 столовых ложек томатной пасты, 1 луковица, 1 баклажан, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1/ 4чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Баклажан вымыть, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Томатную пасту развести 0,5 л воды, добавить растительное масло, лук, баклажан и тушить в течение 10–15 минут. Затем влить в кастрюлю бульон, довести до кипения, посолить, поперчить и добавить вермишель. Варить 10–15 минут, после чего подать к столу, посыпав зеленью петрушки.

Биссара по-марокканski

Ингредиенты

300 г гороха, 50 г топленого масла, 3 столовые ложки растительного масла, 1,5 л овощного бульона, 1 луковица, 1/ 2чайной ложки аджики, молотый имбирь на кончике ножа, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обжарить в кастрюле в растительном масле до золотистого цвета, посолить, добавить топленое масло, влить бульон, довести до кипения, затем положить предварительно замоченный горох и варить в течение 30–35 минут. Добавить перец, имбирь, аджику, перемешать, варить 5–7 минут.

Мдешта по-татарски

Ингредиенты

250 г манной крупы, 50 г топленого масла, 5 помидоров, 5 веточек мяты, 3 зубчика чеснока, 1 чайная ложка черного молотого перца, 1/ 4чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Мяту вымыть, измельчить. Помидоры вымыть, очистить от кожицы, измельчить и припустить в топленом масле. Добавить смесь чеснока, соли, мяты, красного и черного перца, влить немного воды и тушить в течение 3–5 минут. Затем влить 1,5 л воды, довести до кипения, положить манную крупу и варить, помешивая, до готовности.

Суп из кураги по-албански

Ингредиенты

300 г кураги, 150 г готового кислого теста, 4 столовые ложки оливкового масла, 2 луковицы, 1 чайная ложка тмина, 1 чайная ложка кориандра, 1 чайная ложка аджики, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Курагу отварить до мягкости и растолочь с разведенным теплой водой тестом. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в кастрюле, добавив оливковое масло, тмин, кориандр, перец, аджику и соль. Влить приготовленную из кураги и теста жидкую смесь и варить на слабом огне до готовности.

Атолаи кочи

Ингредиенты

100 г пшеничной муки, 500 мл молока, 2 апельсина, 2 банана, ванилин на кончике ножа, сахар, соль.

Способ приготовления

Апельсины вымыть, очистить, мелко нарезать. Бананы вымыть, нарезать кружочками. Просеянную муку залить теплой водой и тщательно размешать до исчезновения комочков. Помешивая, довести до кипения на умеренном огне, убавить огонь до минимума и, когда суп загустеет, влить немного кипяченой воды, посолить, положить сахар, ванилин и тщательно размешать. Затем вылить в глубокую миску, залить горячим кипяченым молоком, перемешать, остудить, положить апельсины и бананы.

Атола по-казахски

Ингредиенты

500 мл молока, 100 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Муку просеять и спассеровать. Затем всыпать ее тонкой струйкой в кипящее молоко, положить соль, сахар и варить, помешивая, в течение 10 минут. Заправить атолу сливочным маслом.

Ширкавак

Ингредиенты

500 г тыквы, 150 г риса, 1,2 л молока, сахар, соль.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, нарезать большими кубиками и залить холодной водой. Рис всыпать в кастрюлю, залить небольшим количеством воды и варить до полуготовности, затем добавить молоко, довести до кипения, положить тыкву, соль, сахар и варить на слабом огне. Через 30 минут снять суп с огня, настаивать под крышкой 10 минут, затем остудить.

Овсяной суп с черносливом по-таджикски

Ингредиенты

100 г овсяной крупы, 50 г чернослива, 40 г сливочного масла, сахар, соль.

Способ приготовления

Овсяную крупу залить 1,2 л воды, добавить сахар и соль, варить до готовности, после чего протереть через сито и заправить сливочным маслом. Предварительно замоченный чернослив отварить, разложить по тарелкам и залить горячим овсяным отваром.

Манный суп по-месаидски

Ингредиенты

200 г манной крупы, 100 г фиников, 50 г изюма, 1 столовая ложка топленого масла, 1 чайная ложка молотого аниса, молотый шафран на кончике ножа, $^1/_2$чайной ложки молотого черного перца, соль.

Способ приготовления

Манную крупу всыпать тонкой струйкой в 2 л горячей воды, добавить перец, шафран, топленое масло и довести до кипения при непрерывном помешивании. Варить в течение 20 минут на слабом огне, затем положить соль, анис, предварительно замоченный изюм, размешать, довести до кипения и снять с огня. Подать к столу с финиками.

Суп хлебный по-мавритански

Ингредиенты

6 ломтиков ржаного хлеба, 100 г изюма, 50 г чернослива, 6 столовых ложек сахара, 4–5 столовых ложек сливок, корица на кончике ножа.

Способ приготовления

Ломтики хлеба залить кипящей водой, оставить на 10 минут, затем протереть через сито. Изюм и чернослив отварить. Во фруктовый отвар добавить сахар и корицу. Разбавить отваром хлебную массу до консистенции жидкой сметаны. Подать к столу, заправив сливками.

Молочный суп с тыквой по-казахски

Ингредиенты

500 мл молока, 200 г тыквы, 50 г риса, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, нарезать маленькими кубиками, положить в кастрюлю с растопленным сливочным маслом, пассеровать в течение 5 минут. В другую кастрюлю налить 150 мл воды, довести до кипения, всыпать рис, варить 10–15 минут, затем влить кипящее молоко, добавить тыкву, соль и варить 15

минут. Суп охладить.

Традиционный хассу

Ингредиенты

250 г пшеничной муки, 120 г манной крупы, 100 мл оливкового масла, 50 мл подсолнечного масла, 4 столовые ложки томатной пасты, 3 зубчика чеснока, 1 столовая ложка молотого тмина, 1 чайная ложка аджики, 1 чайная ложка дрожжей, $^1/_2$пучка зелени петрушки, $^1/_2$чайной ложки измельченной сухой мяты, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Для приготовления клецек добавить в манную крупу 2 столовые ложки оливкового масла, соль, влить немного воды и замесить тесто. Сформовать из теста маленькие шарики и обжарить их в оставшемся оливковом масле.

Томатную пасту развести 2 стаканами воды, вылить в кастрюлю, добавить подсолнечное масло, аджику, чеснок, тмин, мяту и соль и тушить на среднем огне в течение 5–7 минут.

Для приготовления опары дрожжи развести в $^1/_2$стакана теплой воды, добавить 125 г муки, замесить тесто, накрыть салфеткой и оставить на 30–40 минут.

Из оставшейся муки и теплой воды замесить тесто, влить в него опару, накрыть салфеткой и оставить на 2 часа. Затем развести тесто 1 л теплой воды, тщательно размешать, влить в приготовленный томатный соус и поставить на огонь. Помешивая, довести до кипения и варить до тех пор, пока жидкость не приобретет консистенцию супа-пюре. Влить немного воды и варить суп в течение 15–20 минут. Затем положить в суп готовые клецки и подать к столу, посыпав зеленью петрушки.

Умоч

Ингредиенты

1 яйцо, 1 луковица, 250 г пшеничной муки, 1 столовая ложка топленого масла, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в растительном масле. Для приготовления теста смешать муку, яйцо и топленое масло. Пропустить тесто через мясорубку с мелкими ячейками, положить в кастрюлю, добавить лук, залить 1 л кипящей подсоленной воды и варить 30 минут.

Ширшула

Ингредиенты

400 мл молока, 1 столовая ложка риса, 1 чайная ложка сахара, 1 чайная ложка сливочного масла, 1 чайная ложка соли.

Способ приготовления

В кипящую подсоленную воду положить рис, варить 15 минут, после чего воду слить, добавить молоко, сахар и варить еще 10 минут. Подать к столу, заправив суп сливочным маслом.

Марракешская харира

Ингредиенты

150 г муки, 50 г фасоли, 1 столовая ложка растительного масла, 100 г вареного риса, 1 пучок зелени кинзы, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень кинзы вымыть, нарубить. Залить фасоль водой, добавить перец и растительное масло, отварить, накрыв кастрюлю крышкой, до готовности. Муку развести в небольшом количестве воды, протереть через частое сито и добавить в кастрюлю при постоянном помешивании. Довести суп до кипения и убавить огонь. Через 10 минут добавить в кастрюлю с супом рис, соль и зелень кинзы, прокипятить и снять кастрюлю с огня.

Ячменный суп по-алжирски

Ингредиенты

2 л овощного бульона, 200 г ячменной крупы, 50 мл растительного масла, 3 столовые ложки томатной пасты, 3 зубчика чеснока, 1 столовая ложка сушеного чабреца, 1 стручок острого перца, 1 лимон, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть. Острый перец вымыть, измельчить. Лимон вымыть, очистить, нарезать ломтиками. Зубчики чеснока обжарить целиком в растительном масле, добавить томатную пасту, влить 1 стакан воды и тушить в течение 3 минут, после чего залить бульоном. Довести до кипения, положить чабрец, соль и острый перец. Варить 5 минут, затем всыпать ячменную крупу и варить на среднем огне до готовности. Подать к столу с ломтиками лимона.

Луковый суп по-палестински

Ингредиенты

5 луковиц, 100 мл растительного масла, 100 г тертого сыра, 100 г пшеничного хлеба, 4 столовые ложки сливок, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обжарить в кастрюле в растительном масле, влить воду, довести до кипения, положить соль и варить в течение 15 минут. Хлеб нарезать тонкими ломтиками, посыпать каждый сыром, полить сливками и разложить по глиняным горшочкам. Налить в горшочки луковый суп и поставить в умеренно разогретую духовку на 5 минут.

Супы из рыбы и морепродуктов

Рыбная шорба

Ингредиенты

500 г филе морской рыбы, 100 г вермишели, 5 столовых ложек оливкового масла, 4–5 клубней картофеля, 4 помидора, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Помидоры вымыть, крупно нарезать. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Филе промыть, залить 1,5 л кипящей подсоленной воды, добавить картофель и помидоры, варить до готовности. Вынуть рыбу и овощи, бульон процедить. Нагреть оливковое масло, положить в него вареные рыбу и овощи, поперчить, залить бульоном, довести до кипения, добавить вермишель. Варить шорбу в течение 10 минут, после чего положить зелень петрушки.

Суп «Маскат»

Ингредиенты

300 г очищенных кальмаров, 150 г капусты, 5 столовых ложек оливкового масла, 3 моркови, 1 луковица, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 пучок зелени петрушки, $^1/_2$столовой ложки аджики, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Капусту вымыть, нашинковать. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Кальмары промыть, крупно нарезать. Лук обжарить в оливковом масле, добавить кальмары, морковь, капусту, зелень петрушки, томатную пасту, аджику, красный перец и соль. Тушить в течение 3–5 минут, после чего налить 2–2,5 стакана воды, довести суп до кипения и варить на слабом огне в течение 15 минут.

Мрейна из хека

Ингредиенты

500 г филе хека, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 зубчика чеснока, 2 чайные ложки молотого тмина, 1 луковица, 1 лавровый лист, 1 чайная ложка красного молотого перца, $^1/_2$чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать. Филе хека промыть, залить 1 л воды, добавить соль, лавровый лист, черный перец и варить до готовности. Рыбу переложить в отдельную посуду, бульон процедить. Лук обжарить в оливковом масле, затем положить в кипящий бульон. Добавить красный перец,

тмин, чеснок, довести до кипения и снова процедить. При подаче к столу в каждую тарелку положить филе рыбы.

Суп из скумбрии по-тунисски

Ингредиенты

500 г филе скумбрии, 2 луковицы, 2 моркови, 2 клубня картофеля, 1 стручок острого перца, 1 зубчик чеснока, 4 бутона гвоздики, 4 столовые ложки оливкового масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1 пучок зелени укропа, 1 лавровый лист, сок 1 лимона, 1/2 пучка зелени кинзы, 1/2 пучка зелени чабреца, молотый имбирь на кончике ножа, 1/2 чайной ложки молотого душистого перца, соль.

Способ приготовления

Филе скумбрии промыть. Лук очистить, вымыть. Зелень укропа, кинзы и чабреца вымыть. Зелень кинзы нарубить. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Стручок острого перца вымыть. Бутоны гвоздики воткнуть в луковицы. Налить в кастрюлю 1,5 л воды, довести до кипения, положить луковицы, связанную в один пучок зелень укропа и чабреца, лавровый лист, стручок острого перца, имбирь, молотый душистый перец и соль. Влить оливковое масло, варить на слабом огне в течение 15–20 минут, затем положить филе рыбы и варить еще 15 минут.

Достать из бульона лук, зелень и рыбу. Рыбу нарезать маленькими кусочками и вновь опустить в бульон. Добавить картофель, морковь и варить в течение 15 минут. Муку развести в небольшом количестве воды, влить в кастрюлю с супом, варить 5 минут, после чего добавить чеснок, зелень кинзы и лимонный сок.

Балик-шурпа

Ингредиенты

500 г филе кефали, 3 клубня картофеля, 2 луковицы, 2 моркови, 2 столовые ложки топленого масла, 1 лавровый лист, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, разрезать на 4 части. Лук очистить, вымыть, разрезать на 4 части. Филе кефали промыть, нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, добавить соль и варить на слабом огне до готовности. Рыбу положить в отдельную посуду, бульон процедить и довести до кипения. Положить картофель, морковь и лук, лавровый лист, перец и варить на слабом огне до готовности. Затем положить филе рыбы, добавить топленое масло.

Рыбный суп по-магрибски

Ингредиенты

2 л рыбного бульона, 500 г филе тунца, 100 г консервированного мяса каракатиц, 150–200 г пшеничного хлеба, 4 столовые ложки оливкового масла, 4 клубня картофеля, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 лавровых листа, 1 зубчик чеснока, 1 луковица, 1 морковь, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1 пучок зелени петрушки, 1/4 чайной ложки молотого шафрана, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Филе тунца промыть, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Лук положить в кастрюлю, обжарить в 3 столовых ложках оливкового масла, добавить томатную пасту, зелень петрушки, чеснок, влить немного воды и тушить в течение 5 минут. Залить смесь кипящим рыбным бульоном, положить картофель, морковь и варить в течение 5–7 минут, после чего добавить филе рыбы, мясо каракатиц, шафран, черный молотый перец, лавровый лист и соль. Варить 15–20 минут на слабом огне.

Для приготовления соуса смешать мукус оставшимся оливковым маслом, положить в сковороду и, помешивая, пассеровать до золотистого цвета. Достать из бульона несколько кусочков рыбы и картофеля, пропустить через мясорубку, смешать с мукой, развести небольшим количеством горячего бульона.

Хлеб нарезать тонкими ломтиками и обжарить в тостере. Выложить оставшиеся кусочки отварной рыбы на гренки, залить рыбным соусом.

Суп разлить по тарелкам. Отдельно подать гренки с рыбой под соусом.

Бульон с креветками по-ливийски

Ингредиенты

300 г очищенных креветок, 500 мл рыбного бульона, 4 столовые ложки сливочного масла, 1 стакан сухого белого вина, 1 стакан сливок, 1 корень петрушки, мускатный орех на кончике ножа, 1/3 чайной ложки молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Корень петрушки вымыть, очистить, мелко нарезать. Креветки промыть, обжарить в сливочном масле, положить в кипящий бульон, смешанный с белым вином и варить на слабом огне 3 минуты, добавив корень петрушки, соль, перец и мускатный орех. Вынуть креветки из бульона, протереть через сито, развести сливками. Бульон процедить, довести до кипения, положить пюре из креветок, варить 1 минуту на слабом огне.

Мясные супы

Мастоба с алычой

Ингредиенты

500 мл мясного бульона, 200 г вареной баранины, 100 г алычи, 3 клубня картофеля, 50 г риса, 3 столовые ложки топленого масла, 2 луковица, 1 морковь, 1 пучок зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо нарезать небольшими кусочками. Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Алычу вымыть, разрезать каждую пополам, удалить косточки. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, выложить на сковороду с разогретым топленым маслом, добавить алычу и мясо, обжарить. Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Бульон довести до кипения, положить картофель, морковь и рис, варить 15 минут, добавить мясо, алычу и лук, посолить, поперчить, варить до готовности.

Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень кинзы.

Бруду из говядины

Ингредиенты

400 г говядины, 4 клубня картофеля, 50 г топленого масла, 2 луковицы, 1 пучок зеленого лука, 3 веточки сельдерея, $^1/_2$чайной ложки молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками. Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Сельдерей и зеленый лук вымыть, нарубить.

Мясо выложить в кастрюлю с толстым дном, добавить топленое масло, обжарить, положить лук, картофель и сельдерей, жарить 10 минут.

Влить 2 л воды, довести до кипения, посолить, поперчить, варить до готовности.

Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зеленый лук.

Бруду из курицы

Ингредиенты

700-800 г филе курицы, 4–5 клубней картофеля, 2 моркови, 2 луковицы, 5 столовых ложек оливкового масла, 2 веточки сельдерея, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Сельдерей

вымыть, измельчить. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и обжаривать на оливковом масле в кастрюле с толстым дном в течение 2–3 минут, после чего добавить томатную пасту, картофель, морковь, лук и сельдерей. Налить в кастрюлю 2 л воды и варить до готовности. Посыпать зеленью петрушки.

Угро

Ингредиенты

300 г баранины, 50 г домашней лапши, 2 клубня картофеля, 2 луковицы, 1 морковь, 1 столовая ложка топленого бараньего жира, 2 столовые ложки томатной пасты, 100 мл кислого молока, 1 чайная ложка аджики, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, выложить на сковороду с разогретым жиром, обжарить.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, залить холодной водой, довести до кипения, варить 40 минут, добавить картофель, морковь, лук, томатную пасту, аджику, посолить, варить 10 минут. Положить лапшу, варить еще 10–15 минут.

Угро разлить по тарелкам, добавить в каждую кислое молоко.

Мошхурда

Ингредиенты

300 г баранины, 300 мл кислого молока, 2 клубня картофеля, 50 г риса, 50 г маша, 3 столовые ложки курдючного топленого сала, 2 луковицы, 1/2 пучка зелени кинзы, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень кинзы и петрушки вымыть, нарубить. Баранину промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, обжарить вместе с луком в топленом сале в кастрюле с толстым дном. Влить в кастрюлю 2 л воды, довести бульон до кипения, после чего положить в суп предварительно замоченные маш и рис. Через 10–15 минут добавить картофель. Варить мошхурду на слабом огне до готовности. Перед подачей к столу заправить смесью кислого молока и зелени кинзы и петрушки.

Луковый суп по-таджикски

Ингредиенты

5 луковиц, 200 г баранины, 30 г топленого курдючного сала, 1/2 пучка зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать маленькими кусочками, посолить и обжарить в топленом сале. Затем добавить лук и жарить в течение 3–5 минут. Залить мясо водой, довести суп до кипения и варить на слабом огне в течение 50 минут. Подать к столу, посыпав зеленью петрушки.

Бульон из говяжьего языка по-туниски

Ингредиенты

Говяжий язык, 20 г сливочного масла, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Язык промыть, бланшировать в кипящей воде, очистить от пленки, посолить, поперчить, обжарить в сливочном масле, залить 2,5 л воды и варить на среднем огне до готовности. Затем вынуть язык и процедить бульон. Язык нарезать кусками и положить в бульон.

Традиционная шорба

Ингредиенты

1 л бульона из бараньих ребер, 300 г баранины, 50 г гороха, 2–3 клубня картофеля, 2 моркови, 1 репа, 1 помидор, 1 луковица, 1 яйцо, 1 столовая ложка риса, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/4 чайной ложки молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Картофель, морковь и репу вымыть, очистить, нарезать кружочками. Помидор вымыть, нарезать ломтиками. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть. Мясо промыть.

Для приготовления фрикаделек мясо и лук пропустить через мясорубку, добавить зелень петрушки, рис, яйцо, перец, соль и тщательно перемешать. Из полученного фарша сформовать фрикадельки весом 20–30 г.

В кипящий бульон положить предварительно замоченный горох, варить 30 минут, после чего добавить морковь, репу и картофель. Через 10 минут положить помидор и фрикадельки. Варить на слабом огне до готовности.

Шорба с вермишелью

Ингредиенты

300 г бараньей грудинки, 100 г вермишели, 4 помидора, 4 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 1 клубень картофеля, 1 кабачок, 1 пучок зелени кинзы, 1/2 чайной ложки аджики, 1/2 чайной ложки смеси красного перца, корицы и тмина, соль.

Способ приготовления

Картофель и кабачок вымыть, очистить, нарезать небольшими

кусочками. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Помидор вымыть, нарезать ломтиками. Зелень кинзы вымыть, нарубить.

Мясо промыть, нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить 1/ 2стакана воды, лук, растительное масло, аджику, соль, специи и тушить в течение 20 минут. Затем влить 2 л воды, добавить картофель, кабачок, помидоры и варить в течение 20 минут. Добавить в шорбу вермишель, варить еще 10 минут, после чего положить зелень кинзы.

Чечевичная шорба из говядины

Ингредиенты

400 г говядины, 300 г чечевицы, 50 г риса, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 луковица, 1 пучок зелени кинзы, сок 1 лимона, 1/ 4чайной ложки корицы, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить лук, 1 столовую ложку оливкового масла, перец, корицу, соль, немного воды, тушить в течение 10 минут, после чего влить воду и варить 25 минут.

Предварительно замоченную чечевицу положить в кипящую воду на 7-10 минут, затем откинуть на дуршлаг и переложить в кастрюлю с мясом. Добавить рис и варить 15 минут. Зелень кинзы смешать с оставшимся оливковым маслом и лимонным соком, тушить в сковороде в течение 3 минут, заправить полученной смесью шорбу и подать к столу.

Шорба из курицы

Ингредиенты

500 г филе курицы, 100 г лапши, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 чайные ложки аджики, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 пучок зелени сельдерея, перец, соль.

Способ приготовления

Зелень сельдерея вымыть, мелко нарезать. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, посолить, поперчить, добавить оливковое масло, томатную пасту, аджику и зелень сельдерея. Залить небольшим количеством воды и тушить до готовности мяса. Влить в кастрюлю 1,5 л воды, довести шорбу до кипения, всыпать лапшу и варить 10 минут.

Рунь

Ингредиенты

Голова барана, 8 клубней картофеля, 5 луковиц, 4 моркови, 2–3 лавровых листа, 1 пучок зелени сельдерея, чабрец, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень сельдерея вымыть. Подготовленную голову барана промыть, бланшировать в кипящей воде, снова промыть, нарубить, залить 4–5 л воды, посолить, поперчить и варить в течение 3 часов. Затем бульон процедить, мясо отделить от костей. Бульон довести до кипения, положить мясо, лук, морковь, лавровый лист, чабрец, сельдерей и варить еще 1,5 часа. За 20 минут до окончания варки вынуть пучок сельдерея и положить в суп картофель.

Джари с фасолью

Ингредиенты

300 г баранины, 300 г белой фасоли, 5 помидоров, 5 столовых ложек топленого масла, 2 луковицы, 1/ 4чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Помидоры вымыть, очистить от кожицы, мелко нарезать. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, посыпать луком и солью, добавить топленое масло, помидоры, перец, влить немного воды и тушить в течение 5 минут. Затем залить смесь 2 л воды, довести до кипения, добавить предварительно замоченную фасоль и варить до готовности.

Хлалим по-тунисски

Ингредиенты

300 г баранины, 500 г стручковой фасоли, 400 г пшеничной муки, 250 г консервированного зеленого горошка, 100 г сливочного масла, 20 г дрожжей, 2 луковицы, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка острого томатного соуса, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зелени сельдерея, 1 чайная ложка молотого черного перца, 1/ 2чайной ложки молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Замесить тесто из муки, дрожжей и теплой воды. Когда тесто подойдет, раскатать его в тонкий жгут. Оторвать от жгута небольшой кусочек и раскатать его до толщины 1 см, после чего разделить его на зернышки (хлалим) размером с кедровый орешек, разложив их на посыпанной мукой разделочной доске. Затем оторвать от жгута следующий кусок, раскатать его, разделить на зернышки и т. д. Использовав таким образом все тесто, подсушить хлалим в течение 5–7 минут в умеренно разогретой духовке.

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками. Лук очистить, вымыть, измельчить. Фасоль вымыть. Зелень сельдерея и петрушки вымыть, нарубить.

Сливочное масло растопить в кастрюле и обжаривать в нем в течение 3 минут мясо и лук. Затем добавить томатную пасту, острый томатный соус, красный и черный перец, соль, зеленый горошек, стручки фасоли, зелень петрушки и сельдерея, влить немного воды и тушить в течение 5 минут.

Залить смесь водой, довести до кипения на сильном огне, убавить огонь и варить до готовности мяса, после чего добавить 1,2 л воды, до-

вести до кипения, всыпать хлалим, посолить и варить в течение 15 минут.

Хомшурба

Ингредиенты

300 г баранины, 3 клубня картофеля, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 моркови, 2 луковицы, 1 пучок зелени кинзы, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть. Зелень кинзы вымыть, измельчить.

Мясо промыть, нарезать крупными кусками, залить холодной водой, довести до кипения и варить на слабом огне в течение 30 минут. Затем добавить морковь, картофель, целые луковицы и соль. Варить на среднем огне в течение 15–20 минут, после чего добавить томатную пасту, перец и варить еще 5–7 минут. В готовую хомшурбу положить зелень кинзы.

Традиционный барак

Ингредиенты

1,5 л бульона из баранины, 300 г баранины, 50 г гороха, 50 г топленого масла, 30 пельменей с бараниной, 2 луковицы, 1 помидор, 1 морковь, 1 стручок болгарского перца, 1 алыча, 1 пучок зелени петрушки, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Помидор вымыть, очистить от кожицы, крупно нарезать. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Болгарский перец вымыть, удалить семена, измельчить. Алычу вымыть, удалить косточку, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Мясо промыть, нарезать кубиками размером 10 х 10 см, обжарить в кастрюле на топленом масле до золотистого цвета вместе с луком, помидором, болгарским перцем и морковью. Затем влить бульон, добавить предварительно замоченный горох, алычу, соль, довести до кипения и варить до готовности на слабом огне.

Пельмени сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг,

положить в глубокую тарелку или супницу, поперчить, залить приготовленным супом и посыпать зеленью петрушки.

Чихиртма

Ингредиенты

500 г баранины, 2 столовые ложки виноградного уксуса, 2 луковицы, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1 столовая ложка растительного масла, 1/2 пучка зелени кинзы, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Баранину промыть, нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, залить холодной подсоленной водой и варить до готовности на среднем огне, затем переложить мясо в тарелку, а бульон процедить. Лук посыпать мукой и обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

В кипящий бульон положить мясо, лук, перец и варить в течение 3 минут на слабом огне.

В отдельную посуду вылить уксус, довести до кипения и добавить в суп. Чихиртму подать к столу, посыпав зеленью кинзы.

Бозбаш из говядины

Ингредиенты

500 г говядины, 200 г гороха, 4 клубня картофеля, 2 луковицы, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка говяжьего жира, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обжарить в жире. Говядину промыть, нарубить кусками по 30–40 г, положить в кастрюлю, залить холодной водой так, чтобы она только покрывала мясо, посолить и варить на слабом огне до готовности. Бульон слить и процедить. Предварительно замоченный горох положить в отдельную посуду, залить 2–3 стаканами холодной воды, посолить и варить 1–1,5 часа, после чего переложить в кастрюлю с мясом. Добавить лук, картофель, томатную пасту и варить в течение 20 минут, добавив при необходимости воды.

Фитираши

Ингредиенты

400 г баранины, 500 г пшеничной муки, 200 г фарша из баранины, 2 луковицы, 2 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки топленого масла, 1 яйцо, сок 1 лимона, 1 пучок зелени кинзы, 1/4 чайной ложки молотого шафрана, корица на кончике ножа, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Для приготовления лапши высыпать муку на блюдо, добавить

соль, топленое масло, перемешать и замесить тесто, добавив немного воды. Когда тесто станет упругим, раскатать его на столе в тонкий пласт и нарезать лапшу. Разложить ее на блюде или противне, оставить на 30 минут, а затем обжарить до золотистого цвета в 1 столовой ложке оливкового масла.

Лук очистить, вымыть, измельчить. Для приготовления фрикаделек добавить в фарш взбитый яичный белок, перец, корицу, соль, 1 луковицу, перемешать и разделать готовую массу на маленькие шарики.

Баранину промыть, нарезать кусками по 3040 г и обжарить в кастрюле на среднем огне в смеси оливкового и топленого масла, добавив оставшийся лук. Затем влить 1,5 л воды и варить мясо до полуготовности, после чего положить фрикадельки и лапшу. За 3 минуты до готовности влить в суп разведенный в лимонном соке яичный желток и добавить шафран. Подать к столу, посыпав вымытой и измельченной зеленью кинзы.

Карам-шурпа

Ингредиенты

500 г баранины, 300 г белокочанной капусты, 100 г бараньего сала, 4 клубня картофеля, 3 моркови, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 луковицы, 1 стручок острого перца, 2 лавровых листа, 1 пучок зелени кинзы, $^1/_2$пучка зелени петрушки, 1 чайная ложка аджики, молотый шафран на кончике ножа, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Сало промыть, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Зелень кинзы и петрушки вымыть, измельчить. Острый перец вымыть, удалить семена, мелко нарезать.

Мясо промыть, нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить сало, соль, шафран, лук и обжарить до золотистого цвета. Затем положить томатную пасту, аджику, морковь и картофель, обжаривать в течение 5 минут, влить немного воды и тушить на слабом огне 5 минут. Капусту вымыть, нашинковать.

Влить в кастрюлю 2,5–3 л воды, добавить острый перец, черный перец, лавровый лист и капусту. Довести до кипения и варить на среднем огне в течение 30–40 минут. Готовый суп посыпать зеленью кинзы и петрушки.

Шалгамшурбо

Ингредиенты

300 г баранины, 100 г репы, 3 клубня картофеля, 2 луковицы, 2 моркови, 1 стручок болгарского перца, 1 столовая ложка

аджики, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Картофель, морковь и репу вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Мясо промыть, нарезать крупными кусками, залить холодной водой, довести до кипения и варить до готовности на слабом огне. Добавить морковь, картофель, лук, репу и перец, посолить. Варить до готовности овощей, затем положить аджику, довести до кипения и подать к столу, посыпав зеленью петрушки.

Суп из баранины по-самаркандски

Ингредиенты

500 г баранины, 5 клубней картофеля, 500 мл чая, 250 г пшеничной муки, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, 1 яйцо, 1 пучок зелени кинзы, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой, обжарить в растительном масле. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать соломкой, залить холодной водой, варить 40 минут, после чего добавить картофель и чеснок.

Для приготовления лапши замесить крутое тесто из муки, яйца и 1/3 стакана воды. Тесто раскатать в тонкий пласт, нарезать соломкой. Положить лапшу в суп и варить 5 минут.

Суп посолить, поперчить, затем влить в бульон горячий крепкий чай, довести до кипения и подать к столу, посыпав зеленью кинзы.

Куриный суп «Кансай»

Ингредиенты

Вареная курица, 500 мл куриного бульона, 1 луковица, 1 помидор, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, 1 столовая ложка сушеной алычи, 1 столовая ложка топленого масла, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Помидор вымыть, очистить от кожицы, измельчить. Зелень укропа вымыть, измельчить. Лук и помидор выложить на сковороду с разогретым топленым маслом, обжарить, добавить куски курицы, влить 1 стакан бульона и тушить на слабом огне 10 минут, плотно накрыв посуду крышкой. Затем добавить алычу, соль, перец, оставшийся куриный бульон и варить 5 минут. Подать суп к столу, посыпав зеленью укропа.

Гулистон

Ингредиенты

500 мл бульона из баранины, 2 столовые ложки гороха, 1 клубень картофеля, 1 луковица, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 столовая ложка бараньего жира, 1 столовая ложка сушеной алычи, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обжарить в жире. В кипящий бульон положить предварительно замоченный горох и варить 40 минут. За 20 минут до готовности добавить в суп томатную пасту, лук, алычу и картофель, посолить.

Харира с фасолью

Ингредиенты

4 небольшие телячьи кости, 4 луковицы, 250 г фасоли, 400 г томатной пасты, 200 г муки, сок 3 лимонов, 20 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зелени кинзы, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. Зелень петрушки и кинзы вымыть, нарубить. Фасоль отварить в 1,5 л подсоленной воды. Кости промыть, залить водой, добавить перец, соль и целые луковицы. Варить бульон на слабом огне 1 час. После того как лук сварится, вынуть его.

Готовую фасоль залить соком 1 лимона. Добавить фасоль вместе с отваром в кастрюлю, где варятся кости, и соединить с данными ингредиентами вареный лук.

В большую кастрюлю налить 2,5 л воды и вскипятить. Томатную пасту развести водой в миске, добавить растопленное сливочное масло и положить смесь в кипящую воду. Смесь тушить на слабом огне 15 минут.

Снять с огня первую кастрюлю. Добавить во вторую кастрюлю из первой только бульон, оставив остальные ингредиенты. Развести муку 2 стаканами холодной воды. Вылить смесь в кастрюлю, после чего добавить в нее лук и фасоль, влить сок оставшихся лимонов, положить зелень петрушки и кинзы. Готовое блюдо посолить по вкусу и подать к столу горячим.

Суп из баранины по-алжирски

Ингредиенты

300 г баранины, 100 г риса, 100 г чернослива, 2–3 алычи, 1 луковица, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Алычу вымыть, удалить косточки, разрезать пополам. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень укропа вымыть,

нарубить. Баранину промыть, нарубить крупными кусками, залить холодной водой, довести до кипения, посолить, варить до готовности, затем вынуть мясо. Бульон процедить, довести до кипения, добавить предварительно замоченный чернослив, рис, лук, перец, куски мяса и алычу. Варить суп на слабом огне в течение 20 минут, затем посыпать зеленью укропа.

Хаш

Ингредиенты

1,5 кг бараньих ножек, 400 г рубца, 4 зубчика чеснока, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Рубец промыть, крупно нарезать. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Подготовленные бараньи ножки, предварительно промытые и выдержанные в холодной воде, варить на слабом огне без соли 4 часа, периодически снимая пену и доливая воду по мере необходимости. Затем ножки вынуть, нарезать отделенное от костей мясо кусочками, положить в процеженный бульон, добавить предварительно сваренный и нарезанный рубец. Хаш варить 6 часов, после чего подать к столу с солью, толченым чесноком и молотым перцем.

Чучвара

Ингредиенты

300 г баранины, 300 г бараньих костей, 200 г говядины, 500 г муки, 5 луковиц, 3 зубчика чеснока, 3 яйца, 2 помидора, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Для приготовления фарша баранину и говядину промыть, нарезать кусками, пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, 3 луковицы и перемешать.

Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать вверху углубление, добавить яйца, соль, $^1/_2$стакана воды и замесить крутое тесто. Оставить его на 20 минут, затем раскатать в тонкий пласт и разрезать на квадратики 5 х 5 см и на каждый из них положить по 1 чайной ложке фарша. Каждое изделие свернуть вдвое, загнуть бортик, обернуть вокруг указательного пальца, защипнуть края. Пельмени выложить на посыпанную мукой разделочную доску и оставить на 10–15 минут, после чего положить в прохладное место на 1 час.

Бараньи кости промыть, нарубить, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 1,5–2 часа, затем вынуть кости, довести бульон до кипения, добавить оставшийся лук, чеснок, вымытые и нарезанные дольками помидоры, соль и варить 15

минут, после чего опустить пельмени и довести суп до готовности.

Готовый суп посыпать измельченной зеленью петрушки.

Суп из баранины и белой сливы

Ингредиенты

300 г бараньей грудинки, 1 луковица, 50 г риса, 3 желтые сливы, 1 столовая ложка топленого масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, залить холодной водой, сварить бульон. Мясо вынуть, бульон процедить.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в топленом масле. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Сливу вымыть.

Бульон довести до кипения, добавить лук, рис, мясо, сливу, посолить, поперчить, варить до готовности.

Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень петрушки.

Бозбаш

Ингредиенты

300 г бараньей грудинки, 1 луковица, 50 г нута, 2 клубня картофеля, 1 яблоко, 50 г топленого масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 пучок укропа и петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Баранью грудинку промыть, нарезать порционными кусками, залить холодной водой, сварить бульон. Мясо вынуть, бульон процедить.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в топленом масле, добавить томатную пасту, тушить 5 минут. Картофель очистить, вымыть, нарезать соломкой. Яблоко вымыть, удалить сердцевину, разрезать на 4 части. Зелень вымыть, нарубить.

Бульон довести до кипения, добавить предварительно замоченный нут, варить в течение 30–40 минут, положить лук, мясо, картофель, яблоко, посолить, поперчить, варить 15 минут.

Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень.

Ореховый суп

Ингредиенты

500 г говядины, 1 столовая ложка кукурузной муки, 100 г ядер грецких орехов, 1 стручок острого перца, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка винного уксуса, 1 пучок зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Говядину промыть, нарезать небольшими кусочками, залить холодной водой, сварить бульон. Мясо вынуть, бульон процедить. Чеснок очистить, вымыть. Острый перец вымыть, растолочь вместе с чесноком. Орехи пропустить через мясорубку. Муку

обжарить на сковороде без масла, развести небольшим количеством бульона. Зелень кинзы вымыть, нарубить.

Бульон довести до кипения, добавить мясо, орехи, острый перец с чесноком, муку, посолить, варить 10 минут, влить уксус, положить зелень кинзы и варить еще 5 минут.

Суп из бараньих ножек с сыром

Ингредиенты

500 г бараньих ножек, 100 г риса, 150 г сыра, 1 луковица, 1 стручок болгарского перца, 1 столовая ложка муки, 50 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Подготовленные бараньи ножки промыть, нарубить, залить холодной водой, сварить бульон. Мясо вынуть, отделить от костей и нарезать. Бульон процедить.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать небольшими кусочками. Сыр натереть на мелкой терке. Лук выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом, обжарить, посыпать мукой, влить немного бульона, тушить 3 минуты. Бульон довести до кипения, положить рис и болгарский перец, варить 10 минут, добавить лук, мясо, посолить, поперчить, варить до готовности. Суп разлить по тарелкам, положить в каждую сыр.

Куриный суп по-брюнейски

Ингредиенты

Тушка цыпленка, 200 г филе куриной грудки, 2 помидора, 2 луковицы, 1 морковь, 1 стручок болгарского перца, 1 корень сельдерея, 50 г риса, 50 г сливочного масла, 20 г бараньего сала, 1 пучок зелени петрушки и укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, крупно нарезать. Лук очистить, вымыть, 1 луковицу нарезать полукольцами. Цыпленка промыть, нарубить, залить водой, довести до кипения, добавить морковь и целую луковицу, сварить бульон. Мясо вынуть, отделить от костей. Бульон процедить.

Филе промыть, нарезать соломкой. Корень сельдерея вымыть, очистить, нарезать кружочками. Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать небольшими кусочками. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить. Помидоры вымыть, обдать кипятком, очистить от кожицы. Рис варить до полуготовности, откинуть на сито.

Филе выложить в кастрюлю с толстым дном, добавить сливочное масло, оставшийся лук, корень сельдерея, болгарский перец, сало, обжарить, залить бульоном, варить 20 минут. Положить рис, мясо цыпленка, помидоры, посолить, поперчить,

варить 5–7 минут.

Суп разлить по тарелкам, добавить в каждую зелень.

Куриный суп по-афарски

Ингредиенты

Тушка курицы, 3 луковицы, 100 г риса, 100 мл оливкового масла, 1 лимон, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Лимон вымыть, нарезать кружочками. Подготовленную тушку курицы промыть, залить холодной водой, довести до кипения, сварить бульон. Мясо вынуть, отделить от костей, нарезать, бульон процедить.

Бульон довести до кипения, добавить рис, лук, оливковое масло, посолить, поперчить. Суп варить до готовности, разлить по тарелкам, положить в каждую лимон.

Острый куриный суп

Ингредиенты

400 г филе цыпленка, 200 г риса, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 1/ 2чайной ложки кориандра, 1/ 4чайной ложки куркумы, 1/ 4чайной ложки молотого имбиря, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Филе промыть, нарезать, выложить в кастрюлю с толстым дном, добавить растительное масло и лук, обжарить. В кастрюлю влить кипящую воду, добавить рис, кориандр, куркуму, имбирь, перец и соль.

Суп варить до готовности, разлить по тарелкам, положить в каждую зелень петрушки.

Суп из утки по-ливански

Ингредиенты

600 г филе утки, 200 г консервированной спаржи, 10 г черемши, 50 г корня имбиря, 1 пучок зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Черемшу и корень имбиря вымыть, очистить, мелко нарезать. Зелень кинзы вымыть и нарубить. Спаржу разрезать на кусочки длиной около 3 см.

Филе промыть, нарезать длинными кусочками, залить 1,5 л воды, варить 10 минут, добавить соль, корень имбиря и черемшу, варить 30 минут, положить спаржу, варить еще 10–15 минут.

Суп разлить по тарелкам, положить в каждую зелень кинзы.

Суп «Маради»

Ингредиенты

500 г крылышек цыпленка, 100 г гороха, 2 моркови, 1 луковица, 1 помидор, 150 г кукурузных зерен, 2 стручка перца

чили, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка оливкового масла, 1 лимон, 1/2 пучка зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Помидор вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, нарезать. Перец чили вымыть, удалить семена, мелко нарезать. Зелень кинзы вымыть и нарубить.

Лук выложить на сковороду с разогретым маслом, обжарить. Крылышки промыть, залить водой, довести до кипения, добавить горох, кукурузу, варить 20 минут, положить лук, морковь, зелень кинзы, чеснок, помидор и перец чили. Суп посолить, варить до готовности.

Лимон вымыть, нарезать кружочками. Суп разлить по тарелкам, добавить в каждую лимон.

Вторые блюда

Постные блюда

Крупа кускус

Ингредиенты

250 г манной крупы, 250 г пшеничной муки, соль.

Способ приготовления

Манную крупу просеять и высыпать на большое блюдо, сбрызнуть холодной подсоленной водой. Правую руку со слегка расставленными пальцами и приподнятой ладонью положить на крупу, перекатив ее несколько раз по кругу (в одну сторону), посыпать горстью муки и продолжать катать до образования первых крупинок кускуса. Затем вновь сбрызнуть крупу водой, перекатить несколько раз по кругу, добавить немного муки и опять перекатить несколько раз по кругу. Повторять вышеописанную операцию до тех пор, пока крупинки кускуса не увеличатся, превратившись в маленькие шарики.

Просеять крупинки кускуса сначала через сито с крупными отверстиями, потом через сито с мелкими отверстиями. Зерна, оставшиеся в сите с мелкими отверстиями, использовать для приготовления блюд из кускуса, а проскочившие в отверстия сита мелкие крупинки высыпать в блюдо и продолжить операцию до полного использования манной крупы и муки.

При приготовлении некоторых блюд из кускуса эту крупу при желании можно заменить пшеничной, ячневой, кукурузной крупой или мелкой вермишелью.

Традиционный кускус

Ингредиенты

500 г крупы кускус, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки оливкового масла, $^1/_4$чайной ложки молотой корицы, соль.

Способ приготовления

Крупу кускус высыпать в глубокую миску, залить водой, оставить на 10 минут, затем тщательно перемешать до исчезновения комочков. Варить на пару в течение 20 минут, после чего выложить кускус в миску, залить водой, оставить на 10 минут, потом добавить соль, оливковое масло и снова варить на пару в течение 15 минут. Подать в большом блюде, разложив на поверхности кускуса кусочки сливочного масла и посыпав корицей.

Кускус с зеленым горошком

Ингредиенты

500 г консервированного зеленого горошка, 100 г крупы кускус, 100 г топленого масла, 50 г сливочного масла, 5–7 листиков свежей мяты, молотый мускатный орех на кончике

ножа, перец, соль.

Способ приготовления

Разогреть в кастрюле 50 г топленого масла, добавить вымытые и мелко нарезанные листики мяты, мускатный орех, перец, соль и варить 3 минуты. Затем положить зеленый горошек, тушить, помешивая, 2 минуты. Сварить на пару кускус, добавить сливочное масло, перемешать и выложить горкой на блюдо. Сделать в горке углубление в виде воронки. В углубление положить зеленый горошек.

Манты с тыквой по-казахски

500 г пшеничной муки, 200 мл молока, 500 г мякоти тыквы, 100 г репчатого лука, 250 г сметаны, 25 г топленого масла, 50 мл винного уксуса, 30–35 г сахара, 2 г красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Сделать из муки, молока и соли крутое пресное тесто. Раскатать его в тонкий пласт и вырезать из него круглые лепешки, делая края лепешек тоньше середины.

Приготовить начинку. Подготовленную мякоть тыквы нарезать кубиками, смешать с вымытым, очищенным и нашинкованным репчатым луком, обжаренным в топленом масле. Положить в начинку сахар, растворенный в уксусе, красный молотый перец и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать.

На середину каждой лепешки из теста выложить фарш, края защипнуть, слепить манты. Готовить их на пару, плотно закрыв крышкой, в течение 25–30 минут.

Перед подачей к столу переложить манты на блюдо и залить сметаной.

Плов с курагой

Ингредиенты

400 г риса, 50 г кураги, 4 моркови, 3 луковицы, 100 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, обжарить в растительном масле, добавить морковь, влить немного воды и тушить в течение 3 минут. Затем положить предварительно замоченную курагу, тушить в течение 4–5 минут, после чего добавить соль, подготовленный рис, воду и варить до размягчения риса. Потом убавить огонь до минимума, плов собрать к середине котла горкой, сделать до дна котла лунки и через 10 минут снять плов с огня. Оставить плов на 20 минут в котле под крышкой, затем перемешать, выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Плов с изюмом

Ингредиенты

500 г риса, 4 моркови, 120 мл растительного масла, 100 г изюма, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами, обжарить в растительном масле, добавить морковь, влить немного воды и тушить в течение 5 минут. Затем положить рис, влить 1 л воды, варить 10 минут на среднем огне, после чего добавить изюм, соль и довести до готовности на слабом огне. Оставить плов упревать на 20 минут, затем выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Оджа

Ингредиенты

4 яйца, 2 зубчика чеснока, 4 столовые ложки томатной пасты, 1 чайная ложка аджики, 100 мл оливкового масла, $^1/_2$чайной ложки молотого тмина, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Томатную пасту развести 1 стаканом воды, вылить в глубокую сковороду, добавить оливковое масло, аджику, тмин, чеснок и соль. Варить 15 минут, затем вбить в горячую смесь яйца, размешать и подать к столу.

Острая оджа

Ингредиенты

4 яйца, 4 зубчика чеснока, 2 чайные ложки аджики, 1 столовая ложка томатной пасты, 100 мл оливкового масла, $^1/_2$чайной ложки молотого кориандра, $^1/_2$чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Оливковое масло нагреть в глубокой сковороде, добавить чеснок, разведенные в 100 мл воды томатную пасту и аджику, кориандр, перец, соль и тушить в течение 5 минут на слабом огне.

Яйца взбить, вылить в сковороду с соусом и тушить на слабом огне, помешивая, в течение 1–2 минут.

Буза

Ингредиенты

200 г сорго, 2 столовые ложки топленого масла, 1 столовая ложка молотого миндаля, 1 столовая ложка молотых грецких орехов, 1 столовая ложка молотого фундука, 1 столовая ложка молотого арахиса, корица на кончике ножа, сахар, соль.

Способ приготовления

Предварительно замоченное сорго залить 500 мл воды и варить до размягчения. Добавить смесь из миндаля, фундука,

арахиса и грецких орехов, корицу, соль, сахар и варить до готовности, влив при необходимости немного воды. Добавить в кашу топленое масло, закрыть кастрюлю крышкой и оставить на 10–15 минут.

Жута-нан

Ингредиенты

200 г пшеничной муки, 1 кг моркови, 6 луковиц, 3 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка топленого масла, 1 яйцо, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Лук очистить, вымыть, измельчить, смешать с морковью, посолить, поперчить. Муку всыпать горкой в глубокую миску, сделать вверху углубление в форме воронки, добавить соль, яйцо, влить немного воды и замесить тесто.

Раскатать тесто в пласт толщиной 2 мм, смазать топленым маслом, разложить ровным слоем смесь моркови и лука, свернуть рулетом. Варить на пару в течение 30 минут, затем подать к столу, полив сметаной.

Лаасида

Ингредиенты

250 г манной крупы, 50 г сливочного масла, 3 столовые ложки меда, соль.

Способ приготовления

Влить в кастрюлю 1,5 л горячей воды, всыпать тонкой струйкой манную крупу и, помешивая, довести до кипения. Варить на среднем огне в течение 10 минут, затем добавить соль, 20 г сливочного масла, убавить огонь до минимума и варить 20 минут, постоянно помешивая. Выложить готовую лаасиду на блюдо, полить медом и украсить маленькими кусочками сливочного масла.

Картофель с мятой

Ингредиенты

1 кг картофеля, 1 пучок свежей мяты, 4 столовые ложки растительного масла, 2 яйца, 3 зубчика чеснока, 1 столовая ложка аджики, перец, соль.

Способ приготовления

Мяту вымыть. Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Картофель вымыть, очистить, крупно нарезать, положить в кастрюлю, добавить смесь чеснока, соли, перца, аджики и растительного масла. Влить 1 л воды, довести до кипения и тушить на медленном огне 15 минут.

Добавить мяту, тушить еще 10 минут. Яйца разбить, смешать с несколькими ложками картофельного отвара, тщательно взбить

и влить в кастрюлю. Через несколько минут снять кастрюлю с огня.

Фасоль с луком по-таджикски

Ингредиенты

500 г фасоли, 4 луковицы, 4 помидора, 4 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, измельчить. Помидоры вымыть, нарезать тонкими ломтиками. Предварительно замоченную фасоль варить 40 минут, посолить, поперчить, влить растительное масло, добавить лук и помидоры.

Томатная чекчука

Ингредиенты

1 кг помидоров, 6 яиц, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 зубчик чеснока, 1 чайная ложка аджики, перец, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, растолочь. Помидоры вымыть, очистить от кожицы, нарезать дольками, положить в сковороду, добавить чеснок, перец, соль, аджику, оливковое масло и тушить на медленном огне в течение 10 минут, после чего влить 1 стакан воды и тушить до ее полного выкипания. Залить помидоры яйцами и тушить еще 10 минут.

Чекчука из сладкого перца

Ингредиенты

1 кг сладкого перца, 500 г помидоров, 5 яиц, 4 столовые ложки оливкового масла, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять с них кожицу, нарезать дольками и положить в сковороду. Добавить масло, посолить и поперчить, после чего тушить на слабом огне в течение 10 минут. Сладкий перец вымыть, испечь в духовке, затем снять с него кожицу и удалить семена. Перец нарезать ломтиками и соединить с помидорами. Тушить 15 минут, залить взбитыми яйцами, перемешать, нагревать в течение 3 минут.

Тыквенная тбиха

Ингредиенты

500 г тыквы, 3 стручка болгарского перца, 200 мл оливкового масла, 50 г гороха, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 луковица, 1 пучок зелени петрушки, 1 чайная ложка аджики, перец, соль.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить и нарезать тонкими дольками. Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Болгарский перец вымыть, удалить семена, крупно нарезать. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Лук и болгарский перец обжарить в оливковом масле.

Добавить томатную пасту, предварительно замоченный горох и аджику. Залить 500 мл воды, тушить на слабом огне до готовности, посолить, поперчить, добавить тыкву, посыпать зеленью петрушки, тушить еще 30 минут.

Жареная стручковая фасоль

Ингредиенты

500 г стручковой фасоли, 100 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Стручки фасоли вымыть, отварить в подсоленной воде, предварительно удалив грубые волокна. Фасоль выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом, поперчить и обжаривать в течение 3–4 минут. Готовую фасоль посыпать вымытой и измельченной зеленью петрушки.

Тыква по-казахски

Ингредиенты

500 г тыквы, 100 г вареного риса, 50 г изюма, 150 г сахара, 100 г сливочного масла, 100 мл молока.

Способ приготовления

Тыкву вымыть, очистить, нарезать кусочками, положить в кастрюлю с кипящей водой, варить 15 минут, влить молоко, добавить сахар, 50 г сливочного масла, рис и тушить в течение 15 минут, периодически помешивая. Затем добавить обжаренный в оставшемся сливочном масле изюм, тушить 5 минут.

Помидоры, запеченные в тесте по-азербайджански

Ингредиенты

4-5 помидоров, 2 столовые ложки муки, 100 г сыра, 1 чайная ложка растительного масла, 3 яйца, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть и нарезать кружочками. В муку добавить немного воды, соль и замесить жидкое тесто. Яйца взбить. Обмакнуть каждый кружочек помидоров в тесто, выложить в смазанную растительным маслом форму, посыпать тертым сыром, перцем, залить взбитыми яйцами и запекать в духовке в течение 4–6 минут.

Морковное пюре по-узбекски

Ингредиенты

500 г моркови, 4–5 луковиц, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке, выложить в сковороду, посолить, поперчить,

добавить лук, растительное масло, томатную пасту, обжарить, затем влить немного воды, тушить до готовности, посыпать зеленью укропа.

Блюда из рыбы и морепродуктов

Кускус с треской

Ингредиенты

500 г крупы кускус, 1 кг филе трески, 500 г кабачков, 50 г сливочного масла, 5 столовых ложек растительного масла, 2 луковицы, 2 помидора, 2–3 лавровых листа, 1 столовая ложка аджики, 1 пучок зелени сельдерея, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1 веточка чабреца, 1/ 4чайной ложки тмина, 1/ 4чайной ложки корицы, 1 чайная ложка молотого красного перца, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Кабачки вымыть, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Помидоры вымыть, нарезать ломтиками. Зелень сельдерея вымыть, нарубить. Зелень петрушки и веточку чабреца вымыть.

Филе трески нарезать кусочками, положить в кастрюлю, добавить лук, сельдерей, черный перец, аджику, тмин, чабрец, помидоры и растительное масло. Обжаривать рыбу и овощи в течение 10–12 минут, затем добавить кабачки, красный перец, соль, лавровый лист и тушить в течение 20–25 минут. За 3 минуты до готовности вынуть лавровый лист и чабрец.

Приготовить кускус на пару над кастрюлей с рыбой и овощами. Выложить кускус в миску, заправить сливочным маслом, посыпать корицей, перемешать, выложить горкой на блюдо и сделать углубление в виде воронки. Положить в углубление приготовленные рыбу и кабачки. Готовое блюдо полить соусом, украсить веточками петрушки.

Кускус с морским языком и айвой

Ингредиенты

800 г филе морского языка, 700 г крупы кускус, 400 г айвы, 100 г гороха, 100 мл оливкового масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 чайная ложка молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Айву вымыть, удалить сердцевину, крупно нарезать. Филе рыбы промыть, посолить. Оливковое масло нагреть в кастрюле, добавить предварительно замоченный горох, томатную пасту и красный перец. Налить в кастрюлю 1,5 л воды и довести ее до кипения. Сварить на пару крупу кус-кус, затем положить в кастрюлю рыбу, айву и варить до готовности. Кускус выложить горкой на блюдо, сделать углубление в виде воронки. Положить в углубление рыбу и айву.

Балык берек

Ингредиенты

500 г пшеничной муки, 500 г филе трески, 1 яйцо, 4 луковицы, 150 г сметаны, 80 г топленого масла, 2 столовые ложки мелко нарезанной зелени укропа и петрушки, 1/4 чайной ложки толченого кардамона, 10 г измельченного фенхеля, 1/4 чайной ложки молотого шафрана, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Из муки и подсоленной холодной воды замесить крутое тесто. Оставить его на 20 минут для расстойки, накрыв влажным полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него кружки диаметром 10 см.

Приготовить начинку. Филе рыбы промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать и смешать с черным и красным молотым перцем, добавить кардамон, фенхель, шафран, зелень укропа и петрушки. Добавить рыбный фарш, яйцо, все тщательно перемешать и посолить. Фарш выложить на кружки из теста, слепить манты. Каскан смазать топленым маслом, выложить на него манты и готовить их на пару под крышкой в течение 25–30 минут.

Готовые манты переложить на блюдо и полить сметаной.

Тастира с жареным окунем

Ингредиенты

1 кг филе морского окуня, 3 клубня картофеля, 3 стручка болгарского перца, 3 помидора, 2 стручка острого перца, 2 зубчика чеснока, 2 яйца, 200 мл растительного масла, 1 лимон, 1/2 пучка зелени укропа, 1/4 чайной ложки молотого тмина, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Болгарский и острый перец вымыть, удалить семена, мелко нарезать. Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Помидоры вымыть, очистить от кожицы, разрезать пополам.

Филе рыбы промыть, посолить, посыпать тмином, чесноком (1 зубчик) и обжарить в растительном масле (70 мл). Картофель посолить, поперчить и обжарить в растительном масле (50 мл).

Для приготовления тастиры очищенный болгарский и острый перец обжарить в оставшемся растительном масле, добавить помидоры, оставшийся чеснок, соль и жарить в течение 3 минут, затем протереть смесь через сито, довести до кипения, добавить яйца, немного воды, перемешать и тушить в течение 3–4 минут.

Лимон вымыть, очистить, нарезать кружочками. Жареную рыбу, тастиру, посыпанный вымытой и измельченной зеленью укропа жареный картофель и кружочки лимона подать к столу на

большом блюде.

Рыбные шарики по-гвинейски

Ингредиенты

500 г филе морской рыбы, 2 столовые ложки пшеничной муки, 100 мл растительного масла, 5 ломтиков пшеничного хлеба, 4 столовые ложки молока, 1 столовая ложка панировочных сухарей, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 яйцо, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть, измельчить. Яйцо очистить, нарубить. Филе рыбы промыть, пропустить через мясорубку с предварительно замоченным в молоке хлебом, добавить взбитое яйцо, соль, перец и перемешать. Из полученного фарша сформовать маленькие лепешки. На середину каждой лепешки положить смесь из рубленого яйца и зелени петрушки, соединить края и придать изделиям форму шариков. Рыбные шарики обвалять сначала в муке, затем в панировочных сухарях и обжаривать в растительном масле до готовности.

Пикша, жаренная в тесте

Ингредиенты

500 г филе пикши, 2–3 яйца, 200 мл растительного масла, 50 г пшеничной муки, 1 пучок зелени кинзы, соль.

Способ приготовления

Зелень кинзы вымыть, нарубить. Филе пикши промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить и оставить на 10 минут. Взбить яйца с мукой, смазать приготовленной смесью каждый кусочек рыбы и обжарить во фритюре. Подать к столу, посыпав зеленью кинзы.

Плов с палтусом по-турецки

Ингредиенты

300 г филе палтуса, 4 зубчика чеснока, 200 г риса, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Филе палтуса промыть, мариновать 2 часа, посыпав солью, перцем, луком и чесноком, затем обжарить в разогретом растительном масле. Морковь выложить на обжаренные кусочки рыбы, залить водой и тушить 5 минут, добавить рис и готовить плов еще 20 минут.

Плов с мидиями по-турецки

Ингредиенты

400 г очищенных мидий, 200 г риса, 4 луковицы, 3 моркови,

100 мл растительного масла, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Зеленый лук и зелень петрушки вымыть, нарубить. Мидии тщательно промыть в холодной воде, посолить, поперчить и выложить в казан. Добавить лук, морковь, растительное масло и обжарить. Рис залить 2 стаканами воды и сварить в отдельной посуде, после чего переложить в казан. Плов оставить на 15 минут упревать, затем перемешать, выложить горкой на блюдо и подать к столу, посыпав зеленым луком и зеленью петрушки.

Мясные блюда

Кускус с бараниной и миндалем

Ингредиенты

500 г вареной крупы кускус, 500 г баранины, 100 г очищенного миндаля, 1 луковица, 1 столовая ложка топленого масла, 1 пучок зелени сельдерея и петрушки, 1/2 чайной ложки молотой корицы, 1/2 чайной ложки молотого черного перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки и сельдерея вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить немного воды, лук, топленое масло, корицу, перец и соль. Тушить в течение 7-10 минут, после чего добавить миндаль, влить 100 мл воды и тушить в течение 40–45 минут.

Кускус выложить на большое блюдо, сверху положить мясо и миндаль. Полить оставшимся от тушения мяса соусом и посыпать зеленью сельдерея и петрушки.

Кускус с курицей

Ингредиенты

800 г филе курицы, 500 г вареной крупы кускус, 50 г гороха, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка топленого масла, 1 луковица, 1/2 чайной ложки корицы, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Филе промыть, нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить лук, топленое масло, перец, соль и корицу. Обжаривать в течение 10–15 минут, затем влить 2 стакана воды, положить предварительно замоченный горох и варить до готовности. В готовый кускус добавить сливочное масло и подать с курицей и горохом.

Манты с бараниной и курдючным салом по-узбекски

Ингредиенты

500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 400 г баранины, 50 мл растительного масла, 2 луковицы, 150 мл острого соевого соуса, 100 г курдючного сала, 1–2 лавровых листа, 5 горошин черного перца, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Приготовить тесто из муки, яйца, воды и соли. Крутое тесто скатать шаром, накрыть чистым полотенцем и оставить на 10–15 минут для расстойки. Затем разделать тесто на шарики величиной с грецкий орех, раскатать их в круглые тонкие лепешки.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, нарезать маленькими кусочками. Добавить в фарш вымытый, очищенный и мелко нарезанный репчатый лук, черный молотый перец, влить воду, предварительно прокипяченную с лавровым листом, солью и горошинами черного перца и охлажденную. Фарш тщательно перемешать, выложить на круглые лепешки из теста, добавляя в каждое изделие по кусочку курдючного сала. Слепить манты и дать им немного подсохнуть, затем приготовить на пару, смазав перед приготовлением каскан растительным маслом. Готовые манты переложить на блюдо, полить соусом и подать к столу.

Манты с кониной, морковью и тыквой

Ингредиенты

500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 250 г конины, 150 г курдючного сала, 100 г тыквы, 250 мл острого овощного соуса, 80 мл растительного масла, 2 луковицы, 3 моркови, 1/2 чайной ложки измельченного имбиря, 1/2 чайной ложки молотого кардамона, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, 1/2 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Из муки, яйца, теплой воды и соли замесить тесто. Оставить его на 20 минут для расстойки, затем разделать на кусочки. Раскатать каждый кусочек в тонкую лепешку диаметром 12 см.

Приготовить начинку. Конину промыть, обсушить, нарубить, смешать с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Морковь очистить, вымыть, натереть на терке. Добавить в фарш измельченную мякоть тыквы и морковь, черный и красный молотый перец, имбирь, кардамон и соль. Все тщательно перемешать. Курдючное сало нарезать небольшими кусочками. Приготовленный фарш выложить на лепешки из теста, сверху положить по кусочку сала. Слепить манты и, окунув их в растительное масло, выложить на каскан. Готовить на пару под крышкой в течение 40–45 минут.

Готовые манты переложить на блюдо и полить острым овощным соусом.

Манты с говядиной и салом-сырцом

Ингредиенты

500 г пшеничной муки, 400 г говядины, 100 г сала-сырца, 200 г репчатого лука, 2 л мясного бульона, 100 г зелени укропа и петрушки, 200 г сметаны, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Замесить крутое тесто из муки, воды и соли. Оставить его при комнатной температуре на 20 минут для расстойки. Затем раскатать тесто в тонкий пласт и вырезать из него тонкие

лепешки величиной с ладонь, сделать края лепешек тоньше, чем середину.

Приготовить фарш. Говядину промыть, обсушить и нарубить. Смешать мясо с очищенным, вымытым и мелко нарезанным репчатым луком, добавить молотый перец и соль. Положить на середину каждой лепешки из теста фарш, сверху положить по кусочку сала-сырца. Края лепешки защипнуть, придавая изделию круглую форму. Варить манты на пару в каскане под крышкой в течение 45 минут.

Перед подачей к столу манты переложить в тарелки, залить горячим мясным бульоном и посыпать промытой и мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки. Отдельно подать сметану.

Кюрза

Ингредиенты

500 г баранины, 400 г пшеничной муки, 4 луковицы, 2 зубчика чеснока, 50 г томатной пасты, 50 г курдючного сала, 200 мл кефира, 2 чайные ложки топленого масла, 1 пучок зелени петрушки, 1 яйцо, корица на кончике ножа, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, 1/ 4чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Чеснок очистить, вымыть, измельчить. Мясо и лук пропустить через мясорубку. Добавить в фарш мелко нарезанное курдючное сало, соль, черный перец и томатную пасту. Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать углубление в виде воронки, влить в него 50 мл воды, добавить яйцо и замесить крутое тесто. Через 20 минут раскатать тесто в пласт толщиной 2 мм, вырезать из него кружочки, на каждый положить фарш и защипнуть края, придав изделиям форму полукруглого пирожка и оставив на одном конце изделия небольшое отверстие. Изделия смазать сверху топленым маслом, дать ему впитаться, после чего плотно уложить в кастрюлю открытыми концами вверх. Влить в кастрюлю подсоленную кипящую воду слоем 3 см, закрыть крышкой и довести изделия до готовности в течение 10–15 минут. Затем слить воду, выложить пельмени на блюдо, залить кефиром и посыпать чесноком, зеленью петрушки, красным молотым перцем и корицей.

Традиционный хасиб

Ингредиенты

400 г бараньих кишок, 200 г бараньего легкого, 200 г бараньего сердца, 100 г риса, 5–6 луковиц, 1 пучок зелени кинзы, 1/ 2чайной ложки тмина, перец, соль.

Способ приготовления

Подготовленные кишки промыть. Баранье легкое и сердце промыть, пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым луком. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Рис припустить в подсоленной воде. Фарш смешать с зеленью и рисом.

Бараньи кишки наполнить фаршем. Колбасу отварить в подсоленной воде с добавлением тмина и перца. Подать в горячем виде.

Хасиб из говядины

Ингредиенты

100 г говяжьих кишок, 300 г жирной говядины, 100 г тертой редьки, 2–3 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1/ 4чайной ложки красного молотого перца, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком. Положить в фарш зелень петрушки, соль и перец. Подготовленные и промытые кишки наполнить фаршем, связать концы суровой ниткой, придав полуфабрикату форму полумесяца. Хасиб обжарить в растительном масле и подать горячим с гарниром из тертой редьки.

Кабоб из бараньей печени

Ингредиенты

300 г бараньей печени, 100 г курдючного сала, 1 чайная ложка винного уксуса, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1/ 4чайной ложки красного молотого перца, черный перец, соль.

Способ приготовления

Подготовленную печень нарезать кусками по 25–30 г, посолить, поперчить, нанизать на шампуры вместе с тонкими ломтиками курдючного сала и обжарить на углях. Посыпать кабоб промытой и измельченной зеленью петрушки и полить винным уксусом.

Кабоб из рубленой баранины

Ингредиенты

300 г баранины, 4 луковицы, 1 чайная ложка винного уксуса, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с 2 луковицами, добавить в фарш перец и соль, перемешать и положить в прохладное место на 2 часа. Затем разделать фарш на небольшие колбаски, нанизать на шампуры и обжарить на углях. Подать к столу, посыпав оставшимся мелко нарезанным репчатым луком и полив уксусом.

Кабоб, приготовленный на сковороде

Ингредиенты

300 г вареной говядины, 50 г говяжьего жира, 3 луковицы, 50 г зерен граната, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1/ 2пучка зеленого лука, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. Зеленый лук вымыть, нарубить. Мясо нарезать, пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком. Добавить в фарш соль, перец и тщательно перемешать. Поставить фарш в прохладное место на 2 часа, затем сформовать колбаски весом 30–50 г каждая, панировать их в муке и жарить на говяжьем жире в течение 5–7 минут на сильном огне. Потом убавить огонь до минимума и жарить колбаски еще в течение 7-10 минут. Подать к столу, посыпав зеленым луком и украсив зернами граната.

Кабоб из баранины на косточке

Ингредиенты

500 г баранины на косточке, 2 луковицы, 1 столовая ложка топленого бараньего сала, 1 чайная ложка томатной пасты, 1/ 2пучка зелени кинзы, 1/ 4чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень кинзы вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарубить, посолить, поперчить и обжарить до золотистого цвета в топленом сале, добавив лук и томатную пасту. Затем влить небольшое количество воды и тушить до готовности. Подать к столу, посыпав зеленью кинзы.

Кабоб из курицы по-таджикски

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки молока, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 2 столовые ложки топленого масла, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1 яйцо, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, дважды пропустить через мясорубку. В фарш добавить молоко, соль, перец, перемешать и разделать в виде лепешек, положив на середину каждой сливочное масло, смешанное с вымытой и мелко нарезанной зеленью петрушки. Придать лепешкам форму колбасок, смазать взбитым яйцом, обвалять в сухарях, обжарить в топленом масле до золотистого цвета и довести до готовности в разогретой до 200 °С духовке.

Шашлык из говяжьей вырезки по-азербайджански

Ингредиенты

400 г говяжьей вырезки, 100 мл белого вина, 3 помидора, 3

огурца, 2 луковицы, сок 1 лимона, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить и нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Огурцы вымыть и нарезать дольками.

Мясо вымыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, нанизать на шампуры, чередуя с кольцами лука и кружочками помидоров. Шашлык жарить над раскаленными углями до готовности, периодически поливая вином.

Мясо, лук и помидоры снять с шампуров, выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки, оформить дольками огурцов.

Шашлык из говядины и шпика

Ингредиенты

400 г говядины, 100 г шпика, 2 луковицы,

1 пучок зелени кинзы, $^1/_2$пучка зелени петрушки, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 лавровых листа, 2 зубчика чеснока, 3 помидора, 2 столовые ложки кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Чеснок очистить и вымыть. Зелень петрушки и кинзы вымыть и мелко нарезать. Помидоры вымыть и нарезать дольками.

Мясо вымыть, нарезать порционными кусками, слегка отбить. Шпик нарезать тонкими ломтиками.

500 мл воды довести до кипения, добавить соль, перец, зелень петрушки и кинзы, лавровый лист, чеснок, варить в течение 2 минут, затем остудить. Мясо и шпик залить приготовленным маринадом, добавить уксус, лимонный сок и оставить на 1 час.

Куски мяса, ломтики шпика и кольца лука нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями до готовности, периодически поливая маринадом.

Шашлык выложить на блюдо, полить кетчупом. Отдельно подать помидоры.

Шашлык из говяжьей вырезки и хлеба

Ингредиенты

500 г говяжьей вырезки, 100 г шпика, 300 г ржаного хлеба, 3 столовые ложки лимонного сока, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымыть, нарезать порционными кусками, посолить и поперчить. Шпик и хлеб нарезать тонкими ломтиками.

Мясо, шпик и хлеб нанизать на шампуры в следующем

порядке: хлеб, мясо, шпик.

Шашлык жарить над раскаленными углями до готовности, периодически сбрызгивая смесью из 100 мл воды и лимонного сока.

Шашлык из говяжьей печени

Ингредиенты

400 г говяжьей печени, 100 г сала, 1 пучок зелени укропа, 100 г майонеза, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Печень вымыть, очистить от пленок, нарезать порционными кусками, посолить и поперчить. Сало нарезать небольшими квадратными кусочками. Зелень укропа вымыть и нарубить.

Куски печени и сала нанизать поочередно на шампуры и жарить над раскаленными углями до готовности, периодически сбрызгивая водой.

Шашлык выложить на блюдо, полить майонезом и посыпать зеленью укропа.

Шашлык из бараньих ребрышек

Ингредиенты

400 г бараньих ребрышек, 4 луковицы, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени кинзы, $^1/_2$пучка зелени укропа, 2 чайные ложки 3 %-ного уксуса, перец, соль.

Способ приготовления

Зеленый лук, зелень укропа и кинзы вымыть и мелко нарезать. Лук очистить, нарезать кольцами, посолить и сбрызнуть уксусом.

Бараньи ребрышки вымыть, нарубить порционными кусками, посолить, поперчить, нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями до готовности, периодически сбрызгивая водой.

Шашлык выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа, кинзы и зеленым луком и украсить кольцами лука.

Шашлык по-казахски

Ингредиенты

500 г филе баранины, 5 луковиц, 3 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка сахара, 1 пучок зелени кинзы, 1 лимон, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить и нарезать кольцами. Лимон вымыть и нарезать кружочками. Зелень кинзы вымыть.

Мясо вымыть, нарезать порционными кусками, выложить в эмалированную посуду, посолить, поперчить, посыпать сахаром, сбрызнуть уксусом, добавить лук, перемешать и оставить в прохладном месте на 3–4 часа.

Куски мяса и кольца лука нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями до готовности.

Шашлык выложить на блюдо, украсить веточками кинзы и кружочками лимона.

Шашлык по-татарски

Ингредиенты

400 г баранины, 4 луковицы, 2 столовые ложки винного уксуса, 2 пучка зеленого салата, 1 столовая ложка растительного масла, 100 мл кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Зеленый салат вымыть, крупно нарезать, посолить, полить растительным маслом.

Мясо вымыть, нарезать порционными кусками, смешать с луком, посолить, поперчить, полить уксусом и оставить на 3 часа.

Маринованные куски мяса нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями до готовности.

Шашлык выложить на блюдо, полить кетчупом. Отдельно подать зеленый салат.

Шашлык из жирной баранины и помидоров

Ингредиенты

400 г жирной баранины, 6 помидоров, 2 луковицы, 2 столовые ложки сухого красного вина, 3 столовые ложки лимонного сока, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть. Помидоры вымыть и нарезать дольками.

Мясо вымыть, нарезать порционными кусками, смешать с луком, посолить, поперчить, залить вином и оставить на 3 часа.

Мясо и помидоры поочередно нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями до готовности, периодически сбрызгивая лимонным соком.

Шашлык выложить на блюдо и украсить веточками укропа.

Шоп-кебаб

Ингредиенты

400 г баранины, 1 кабачок, 2 столовые ложки растительного масла, 1 яйцо, 1 пучок зелени укропа, $^{1}/_{2}$пучка зелени кинзы, 100 г консервированного зеленого горошка, перец, соль.

Способ приготовления

Кабачок вымыть, очистить и нарезать кружочками. Мясо вымыть, нарезать порционными кусками, посолить. Мясо и кабачки нанизать на вертел, смазать растительным маслом, жарить над раскаленными углями в течение 10 минут, затем поперчить, смазать взбитым яйцом и жарить до готовности.

Зелень укропа вымыть и измельчить. Зелень кинзы вымыть.

Мясо и кабачки выложить на блюдо, посыпать зеленью укропа и украсить зеленым горошком.

Шашлык из бифштекса с кукурузой и болгарским перцем

Ингредиенты

10 бифштексов из говядины, 10 стручков болгарского перца, 5 кукурузных початков, 100 мл красного вина, 5 столовых ложек растительного масла, 5 столовых ложек кетчупа, 1 пучок зелени укропа, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Для приготовления маринада вино смешать с растительным маслом, кетчупом, солью и перцем.

Бифштексы разрезать пополам, залить маринадом и оставить на 20 минут.

Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать широкими полосками. Кукурузные початки разрезать пополам.

Маринованное мясо, болгарский перец и кукурузные початки нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями, периодически поливая маринадом.

Зелень петрушки и укропа вымыть и мелко нарезать.

Бифштекс, кукурузу и болгарский перец выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и укропа.

Баранина с айвой и тыквой

Ингредиенты

300 г баранины, 2–3 айвы, 100 г тыквы, 2 луковицы, 1 морковь, 30 г топленого сала, 1/2 пучка зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Айву вымыть, удалить сердцевину, разрезать на четвертинки. Тыкву вымыть, очистить, нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками. Мясо промыть, нарезать ломтиками, отбить, посолить, поперчить и положить в кастрюлю с топленым салом. Сверху выложить репчатый лук, айву, тыкву, морковь и зелень петрушки. Добавить небольшое количество воды и тушить в течение 30 минут.

Люля-кебаб

Ингредиенты

300 г жирной говядины, 2 луковицы, 1 столовая ложка топленого говяжьего сала, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/2 чайной ложки черного молотого перца, 1/4 чайной ложки молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, 1 луковицу нарезать кольцами. Зелень

петрушки вымыть, измельчить. Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Фарш посолить, поперчить, тщательно перемешать и сделать из него колбаски весом по 40–60 г каждая.

Колбаски обжарить в топленом сале. Подать к столу, посыпав зеленью петрушки и украсив кольцами лука.

Баранина в томате по-азербайджански

Ингредиенты

400 г баранины, 300 г томатной пасты, 2 луковицы, 2 столовые ложки топленого масла, 1 пучок зелени укропа, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать кусочками по 40–50 г и обжаривать в масле вместе с луком в течение 10 минут. Затем влить небольшое количество воды, добавить соль, перец, томатную пасту и тушить до готовности. Подать к столу, посыпав зеленью укропа.

Тушеная утка по-сенегальски

Ингредиенты

600 г мяса утки, 100 мл сухого вина, 300 г жареного картофеля, 3–4 алычи, 3 луковицы, 1 морковь, 2–3 столовые ложки оливкового масла, 1/2 пучка зелени петрушки, сок 1/2 лимона, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, сбрызнуть лимонным соком. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Алычу вымыть, удалить косточки. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, посыпать зеленью петрушки, посолить, поперчить и обжарить в оливковом масле. Затем переложить в керамические горшочки, добавить алычу, залить вином и по-ставить в духовку, разогретую до 200250 °С. Через 20 минут положить в каждый горшочек кольца лука, морковь, жареный картофель и поставить в духовку на 10 минут.

Говяжьи отбивные по-турецки

Ингредиенты

400 г говяжьей вырезки, 2 столовые ложки белого вина, 1 чайная ложка растительного масла, 1 лимон, 1 пучок зелени петрушки и кинзы, 1/4 чайной ложки молотого черного перца, соль.

Способ приготовления

Лимон вымыть, нарезать кружочками. Зелень петрушки и кинзы вымыть. Мясо промыть, нарезать порционными кусками.

Каждый кусок отбить до толщины 1–2 мм, посыпать солью и перцем, сбрызнуть вином и поставить в прохладное место на 4–5 часов. Затем сбрызнуть растительным маслом и обжарить на решетке. Подать к столу, оформив кружками лимона и веточками петрушки и кинзы.

Долма с бараниной

Ингредиенты

350 г мякоти баранины, 250 г виноградных листьев, 30 г кураги, 2 луковицы, 1 столовая ложка растительного масла, 1/2пучка зелени петрушки, 1/4чайной ложки черного молотого перца, 1/4чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. 1 луковицу нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Мясо промыть и пропустить через мясорубку вместе с целой луковицей. Фарш посолить, поперчить, добавить зелень петрушки и тщательно перемешать. Выложить фарш на ошпаренные кипящей водой виноградные листья и завернуть, придав изделиям овальную форму. Кольца лука обжарить в растительном масле, сверху выложить голубцы, влить небольшое количество воды, добавить предварительно замоченную курагу, соль и тушить в течение 50 минут.

Плов по-бешкентски

Ингредиенты

300 г баранины, 1 кг риса, 2–3 айвы, 250 г курдючного сала, 400 г моркови, 3–4 луковицы, по 5 г барбариса, зиры и молотого перца, соль.

Способ приготовления

Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Мясо промыть, нарезать кубиками. Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой.

В разогретом котле перекалить кубики курдючного сала, снять шкварки, обжарить кольца лука. Положить в котел мясо, обжарить, добавить морковь.

Айву вымыть, разделить на 2 или 4 части, удалить семена, еще раз сполоснуть в холодной воде и немного обжарить вместе с морковью и мясом. Залить котел водой и тушить все продукты на умеренном огне в течение 50 минут, добавить соль и специи. Рис промыть, добавить в котел, усилив огонь. После испарения влаги собрать рис к середине котла горкой и накрыть на 25–30 минут, убавив огонь.

Перед подачей на стол вынуть кусочки айвы и мяса, перемешать плов, выложить горкой на блюдо, а на середину блюда и по краям разложить айву и мясо.

Джамбайский плов

Ингредиенты

400 г жирной баранины, 200 г бараньего сала, 200 г репчатого лука, 300 г моркови, 600 г риса, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть и нарезать небольшими кусочками. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Рис тщательно промыть.

Разогреть баранье сало в чугунном казане и обжарить в нем баранину. Затем добавить лук и морковь, обжарить.

Залить баранину водой (1 л), добавить соль, перец, довести до кипения. Промытый рис положить в котел с мясом. После того как вода выкипит, сделать деревянной палочкой несколько углублений до дна и влить в них 20–30 мл воды. Плотно закрыть крышкой и оставить на 30 минут на слабом огне.

Перед подачей на стол выложить плов на блюдо горкой и положить сверху кусочки баранины.

Плов по-гулистански

Ингредиенты

120 г баранины, 100 г риса, 120 г моркови, 1 луковица, 50 г курдючного сала, 40 г изюма, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть и нарезать крупными кусками. Лук очистить и вымыть. Рис тщательно промыть, морковь вымыть и очистить. Морковь и лук мелко нарезать и спассеровать.

Сварить из баранины бульон. Вынуть мясо и нарезать его тонкими ломтиками. В бульон положить рис, лук и морковь, изюм, добавить соль и варить до тех пор, пока рис не станет мягким.

После того как рис сварится, добавить горячее курдючное сало, размешать и положить рядами вперемежку с вареным мясом.

Наманганский плов

Ингредиенты

170 г баранины, 120 г риса, 150 г моркови, 50 г топленого масла, 80 г репчатого лука, черный и красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рис тщательно промыть, положить в казан с подсоленной водой (на 1 кг риса 1 л воды), отварить и откинуть на сито.

Морковь вымыть и очистить, мясо промыть. Морковь и мясо отварить целиком. Вареное мясо нарезать кусками, морковь – соломкой, добавить соль и перец, все перемешать.

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами и спассеровать. Смешать лук с мясом и морковью.

При подаче на стол сначала положить в тарелку отваренный рис, затем разогреть масло и частью его полить рис, сверху выложить мясо, морковь, лук, затем полить оставшимся маслом.

Донгасский плов

Ингредиенты

500 г говядины, 300 г риса, 120 г репчатого лука, 50 г моркови, 2–3 зубчика чеснока, 200 г жира, 20 г виноградных листьев, порошок мяты, зира, перец, соль.

Способ приготовления

Репчатый лук и чеснок очистить, вымыть. Мясо промыть, очистить от пленок и разрезать на два одинаковых куска. Из одного куска приготовить фарш, пропустив мясо через мясорубку вместе с чесноком и частью лука. Затем добавить в фарш перец, зиру, порошок мяты, соль, хорошо перемешать. Подготовить виноградные листья: срезать с них жесткие черешки, вымыть в холодной воде, обсушить салфеткой. На каждый лист положить по 1 чайной ложке фарша, завернуть конвертом, после чего, сложив конверты швом друг к другу, обвязать их толстой крепкой ниткой.

Рис перебрать и тщательно промыть. Оставшийся лук нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Второй кусок мяса вместе с луком и морковью обжарить в жире, залить водой, посолить, добавить специи и тушить на слабом огне. Отварить долму, соединить ее с рисом, поставить казан на сильный огонь, налить воды столько, чтобы она только чуть-чуть покрывала рис, и варить до полного испарения жидкости. После этого накрыть посуду крышкой и оставить на 20–30 минут.

Перед подачей на стол вынуть из казана долму и снять с нее нитки. Плов выложить горкой на блюдо, долму и мясо положить сверху.

Плов по-пакистански

Ингредиенты

1 кг длинного пакистанского риса, 1 кг говядины, 100 мл растительного масла, 300 г моркови, 300 г репчатого лука, 200 г изюма, тмин, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Мясо промыть и нарезать небольшими кусочками. Изюм промыть.

Сначала обжарить морковь и лук (до красноватого цвета) в растительном масле. Затем положить мясо, залить водой и посолить.

Рис промыть и отварить в подсоленной воде. Когда он будет

почти готов, добавить мясо с луком и морковью, изюм, перец и тмин и тушить на слабом огне в течение 15–20 минут.

Шницели по-казански

Ингредиенты

600 г филе курицы, 50 г сливочного масла, 50 г панировочных сухарей, 2 столовые ложки молока, 1 чайная ложка топленого масла, 1 яйцо, 1/2 пучка зелени петрушки, 1/4 чайной ложки молотого красного перца, соль.

Способ приготовления

Мясо курицы дважды пропустить через мясорубку, добавить молоко, соль, перец, перемешать и сформовать лепешки. В середину каждой лепешки положить небольшой кусочек сливочного масла. Поставить лепешки на 20 минут в прохладное место, затем защипнуть края, придав изделиям овально-приплюснутую форму, смазать взбитым яйцом и обвалять в сухарях. Обжарить изделия до золотистого цвета в топленом масле, затем довести до готовности в духовке, разогретой до 200 °С. Подать к столу, посыпав вымытой и измельченной зеленью петрушки.

Баранина с баклажанами по-турецки

Ингредиенты

300 г баранины, 600 г баклажанов, 1 пучок зелени петрушки, 50 г зерен граната, 1 лавровый лист, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть. Баранину промыть, нарубить. Баклажаны вымыть, очистить, разрезать на 4–6 частей, посолить, плотно уложить в кастрюлю, залить холодной водой, оставить на 2 часа. Затем слить воду, залить баклажаны чистой водой, оставить на 2 часа, снова поменять воду, после чего добавить куски баранины, перец, соль, лавровый лист и варить до готовности на умеренном огне. Готовое блюдо подать к столу, сбрызнув уксусом и украсив веточками петрушки и зернами граната.

Кавурма

Ингредиенты

500 г баранины, 2–3 столовые ложки курдючного сала, 1 пучок зелени кинзы, 1 чайная ложка черного молотого перца, 1/4 чайной ложки красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и обжаривать в сале до полной готовности. Выложить мясо на блюдо, охладить, затем переложить в эмалированную кастрюлю, посыпать вымытой и нарубленной зеленью кинзы и

залить оставшимся от жаренья жиром.

Лагман

Ингредиенты

500 г говядины, 400 г пшеничной муки, 30 г гороха, 3 клубня картофеля, 2 моркови, 5 луковиц, 1 зубчик чеснока, 1 репа, 100 мл молока, 4–5 столовых ложек растительного масла, 3 яичных желтка, 2–3 стакана говяжьего бульона, 2 столовые ложки томатной пасты, 1/ 2пучка зелени петрушки, 1/ 4чайной ложки зиры, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Просеянную муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать вверху углубление в форме воронки, влить в него молоко и яичные желтки. Замесить тесто и оставить его на 1,5 часа. Затем раскатать тесто в пласт толщиной не более 3,5 мм, нарезать лагман (длинная лапша) шириной 3 мм и немного растянуть его. Лагман опустить в кипящую подсоленную воду и варить в течение 10 минут, после чего откинуть на дуршлаг и смазать перекаленным растительным маслом (2 столовые ложки).

Предварительно замоченный горох варить до полуготовности. Чеснок очистить, вымыть, растолочь.

Для приготовления кайлы лук вымыть, нарезать кольцами, картофель, морковь и репу вымыть, очистить, нарезать соломкой, мясо промыть и нарезать небольшими кусочками. Обжаривать мясо и лук в оставшемся растительном масле в течение 3 минут, добавить томатную пасту, убавить огонь до минимума и через 10 минут положить морковь, репу и чеснок. Через 7-10 минут влить немного бульона, добавить картофель, горох, перец, зиру, соль и тушить до готовности на слабом огне.

Лагман разогреть в разведенном водой кипящем бульоне, выложить на блюдо, сверху выложить кайлу. Посыпать лагман вымытой и измельченной зеленью петрушки.

Ясса

Ингредиенты

800 г курицы, 4 луковицы, сок 3 лимонов, 4–5 столовых ложек оливкового масла, 1/ 2сушеного стручка острого перца, 1/ 2чайной ложки черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Мясо промыть, обсушить салфеткой, нарубить, посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанным острым перцем и кольцами лука, полить лимонным соком, 2 столовыми ложками оливкового масла и положить в прохладное место на сутки.

Куски мяса, выложить на противень и жарить в разогретой до 200–230 °С духовке в течение 15 минут, периодически сбрызгивая

маринадом. Маринованный лук обжарить в оставшемся оливковом масле, затем добавить маринад и 1/ 2стакана воды, довести до кипения, положить куски курицы и тушить до готовности.

Куырдак

Ингредиенты

300 г бараньего легкого, 250 г бараньей печени, 100 г бараньего сердца, 150 г курдючного сала, 2 луковицы, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, измельчить. Курдючное сало промыть, нарезать мелкими кусочками и обжаривать до вытапливания жира. Добавить промытые и нарезанные кубиками сердце и легкое, а через 10–15 минут – печень, лук, соль и перец. Обжаривать на сильном огне в течение 3–5 минут, затем влить немного воды и тушить до готовности.

Асып

Ингредиенты

200 г бараньих кишок, 200 г бараньей вырезки, 200 г бараньего сердца, 200 г бараньей печени, 150 г курдючного сала, 2 луковицы, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, измельчить. Баранью вырезку, сердце и печень промыть, пропустить через мясорубку. Добавить мелко нарезанное курдючное сало, лук, перец, соль, немного воды, тщательно перемешать.

Начинить промытые бараньи кишки приготовленным фаршем, завязать с обеих сторон шпагатом, в нескольких местах проколоть иглой и опустить в кипящую подсоленную воду. Варить в течение 1 часа.

Казы

Ингредиенты

Конские кишки, 500 г конины, 250 г сала, 2–3 столовые ложки томатного соуса, 1 лавровый лист, 2 чайные ложки зиры, 4–5 горошин черного перца, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Для приготовления начинки мясо и сало промыть, нарезать полосками 10 х 3 см, положить в миску, посолить, посыпать перцем и зирой, перемешать и оставить на сутки в прохладном месте.

Конские кишки длиной 20–25 см промыть, посыпать солью, оставить на 10 минут, промыть 3 раза холодной, затем горячей водой. Один конец кишок проткнуть и перевязать шпагатом.

Наполнить кишку с другого конца начинкой, чередуя мясо с салом, после чего завязать второй конец, положить полуфабрикат в миску и поместить в прохладное место на 1 час.

Выложить колбасу в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, добавить лавровый лист, перец горошком, проколоть казы в нескольких местах иглой и варить на слабом огне в течение 2 часов.

Готовую колбасу нарезать кружочками. Отдельно подать томатный соус.

Буглама

Ингредиенты

Тушка курицы, 300 г бараньего фарша, 2 айвы, 100 г сметаны, 1 луковица, 2 чайные ложки лимонного сока, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Айву вымыть, удалить сердцевину, мелко нарезать. Подготовленную тушку курицы промыть, посолить, поперчить, заполнить смесью мясного фарша, лука и айвы. Положить курицу в каскан и варить на пару в течение 2,5 часов.

Готовую курицу сбрызнуть лимонным соком, полить сметаной и подать к столу.

Нахудшураки

Ингредиенты

200 г вареной баранины, 200 мл бульона из баранины, 2 столовые ложки гороха, 1 луковица, 1 пучок зелени укропа, 1 столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить в сливочном масле. Зелень укропа вымыть, нарубить. В кипящий подсоленный бульон положить предварительно замоченный горох и варить 30 минут, после чего горох выложить на блюдо, сверху поместить кусочки вареного мяса и лук. Подать к столу, посыпав перцем и украсив зеленью укропа.

Тушбера

Ингредиенты

200 г баранины, 1 луковица, 1 столовая ложка измельченной мяты, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить мяту, соль, перец и немного воды. Из полученной массы сформовать фрикадельки и отварить

их в подсоленной воде. Подать к столу, сбрызнув уксусом и посыпав зеленью укропа.

Баранина по-марокканski

Ингредиенты

200 г жирной баранины, 2 банана, 150 мл оливкового масла, 100 г муки, 3 яйца, соль.

Способ приготовления

Бананы очистить, разрезать поперек на несколько частей.

Мясо промыть, нарезать тонкими ломтиками, посолить. В ломтики мяса завернуть кусочки бананов. В муку добавить взбитые яйца, соль и замесить жидкое тесто. Ломтики мяса смазать тестом и обжарить в разогретом оливковом масле.

Баранина по-арабски

Ингредиенты

600 г баранины, 400 г консервированной фасоли, 200 г сливок, 100 г бараньего жира, 50 г пшеничной муки, 2 чайные ложки горчицы, сок $^1/_2$лимона, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать порционными кусками, отбить, посолить, поперчить, смазать горчицей, посыпать 1 столовой ложкой муки, обжарить в жире с обеих сторон и переложить в другую посуду.

Для приготовления соуса в сковороду с оставшимся от жаренья жиром положить муку, влить сливки, довести до кипения, затем добавить фасоль, лимонный сок, соль и варить 3 минуты.

Готовое мясо полить соусом и подать к столу.

Шницель из мяса ягненка

Ингредиенты

600 г мяса ягненка, 100 г муки, 150 г жира, 100 г панировочных сухарей, 50 г бараньего сала, 3 яйца, 1 столовая ложка лимонного сока, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать порционными кусками, отбить, нашпиговать кусочками сала, посолить, обвалять в муке, полить взбитыми яйцами и посыпать панировочными сухарями. Обжарить мясо на сильном огне в жире с обеих сторон, затем сбрызнуть лимонным соком и подать к столу.

Рулет из говядины по-сейшельски

Ингредиенты

1 кг говядины, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 1 сваренное вкрутую яйцо, 50 г курдючного сала, 1 столовая ложка майонеза, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Для приготовления начинки лук и яйцо очистить, нарубить. Сало мелко нарезать. Морковь, корни петрушки и сельдерея вымыть, очистить, мелко нарезать, добавить лук, яйцо, сало и перемешать.

Мясо промыть, отбить, посолить, поперчить, выложить приготовленную начинку, свернуть рулетом, завязать ниткой, смазать майонезом и жарить на решетке над раскаленными углями до готовности. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Рулет нарезать порционными кусками и посыпать зеленью петрушки.

Рубленая баранина с орехами

Ингредиенты

500 г баранины, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 1 пучок зелени укропа, 100 мл кетчупа, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать крупными кусками, пропустить через мясорубку. Фарш посолить, поперчить, перемешать с орехами, разделить на порции, завернуть каждую в фольгу и запекать в духовке. Зелень укропа вымыть и нарубить. Мясо вынуть из фольги, выложить на блюдо, полить кетчупом и посыпать зеленью укропа.

Говядина с вином по-азербайджански

Ингредиенты

400 г говядины, 3 столовые ложки топленого сала, 200 мл красного вина, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 чайные ложки пшеничной муки, 3 клубня картофеля, 2 луковицы, 2 корня петрушки, 1 морковь, 1 пучок зелени укропа, $^{1}/_{2}$пучка зеленого лука, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, выложить на сковороду, добавить 1 столовую ложку топленого сала, жарить в течение 5–7 минут, затем влить вино, положить смесь томатной пасты и муки, тушить до готовности. Мясо вынуть, а оставшийся от тушения соус процедить.

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Картофель, морковь, корни петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками, выложить на сковороду, посолить, добавить лук, оставшееся сало и обжарить. Овощи переложить в горшочек, залить соусом и тушить до готовности. Зелень укропа и зеленый лук вымыть и нарубить. Мясо перемешать с овощами, выложить на блюдо, посыпать зеленым луком и зеленью укропа.

Говядина по-сенегальски

Ингредиенты

500 г говядины, 100 г бараньего сала, 5 луковиц, 4 стручка болгарского перца, 2 зубчика чеснока, 100 мл растительного масла, 2 веточки тимьяна, цедра 1 лимона, 2 чайные ложки сахара, 1 столовая ложка красного молотого перца, соль.

Способ приготовления

Чеснок и лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Мясо промыть, нарезать кубиками. Сало мелко нарезать. Болгарский перец вымыть, удалить семена и нарезать полосками. Тимьян вымыть и измельчить.

Растительное масло разогреть в сковороде, положить мясо, шпик, лук и чеснок, посолить, обжарить, выложить в горшочек, влить немного воды, добавить красный перец и тушить в течение 15 минут в духовке. Затем положить болгарский перец, сахар, цедру, тимьян и тушить до готовности.

Говядина по-ливийски

Ингредиенты

500 г говядины, 3 луковицы, 3 клубня картофеля, 2 стручка болгарского перца, 2 помидора, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки топленого масла, $^{1}/_{2}$чайной ложки тмина, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистить, вымыть и мелко нарезать. Картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками. Болгарский перец вымыть, удалить семена и нарезать полосками. Мясо промыть и нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Лук выложить в горшочек, добавить топленое масло и жарить в духовке в течение 3 минут, добавить мясо, посолить, поперчить, жарить в течение 10 минут, затем влить немного воды и тушить в течение 5–7 минут. Потом положить картофель, болгарский перец, добавить чеснок, тмин, тушить в течение 15–20 минут. Затем положить помидоры и тушить до готовности.

Говядина с айвой по-узбекски

Ингредиенты

500 г говядины, 1 луковица, 3 айвы, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления

Айву вымыть, разрезать на четверти, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Мясо промыть, нарезать соломкой.

Айву и лук выложить на сковороду, посыпать мукой, добавить 1 столовую ложку масла и обжарить.

Мясо выложить в казан, добавить оставшееся масло,

посолить, поперчить, обжарить, затем влить немного воды, тушить в течение 20 минут, после чего добавить айву, лук, томатную пасту, лавровый лист и тушить до готовности.

Говяжья печень, тушенная с молоком по-киргизски

Ингредиенты

400 г говяжьей печени, 4 клубня картофеля, 100 мл молока, 100 мл мясного бульона, 2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Печень очистить от пленок, промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить на сковороду, добавить 1 столовую ложку растительного масла и жарить в течение 3 минут.

Картофель и лук выложить в сковороду, добавить 1 столовую ложку растительного масла и жарить в течение 5–7 минут.

Картофель, лук и печень выложить в казан, добавить оставшееся растительное масло, жарить в течение 3 минут, затем влить молоко, бульон, тушить в течение 7-10 минут, после чего посолить, поперчить, положить томатную пасту и тушить до готовности.

Печень и овощи выложить горкой на блюдо, посыпать зеленью укропа.

Говядина с вином и медом

Ингредиенты

400 г говядины, 2 чайные ложки меда, 3 столовые ложки красного вина, 3 лавровых листа, 200 г консервированного зеленого горошка, 1 пучок зеленого лука, 2 столовые ложки топленого масла, 4–6 горошин черного перца, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в сковороду, посолить, поперчить, добавить топленое масло и обжарить. Затем добавить черный перец горошком, лавровый лист, мед, влить вино, немного воды и тушить до готовности.

Зеленый лук вымыть и нарубить. Мясо выложить на блюдо, гарнировать зеленым горошком, украсить зеленым луком.

Говяжий язык с овощами в горшочке

Ингредиенты

300 г говяжьего языка, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 100 г белокочанной капусты, 1 столовая ложка топленого масла, 3 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, 4–6 горошин черного

перца, черный молотый перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Язык промыть, отварить, очистить от кожицы, нарезать соломкой. Картофель, корень петрушки и морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Капусту и зелень петрушки вымыть, нарубить.

Язык, картофель, корень петрушки, морковь, лук и капусту выложить в горшочек, посолить, поперчить, добавить топленое масло, жарить в течение 5 минут, затем положить сметану, влить немного воды, добавить перец горошком, лавровый лист и тушить до готовности. Язык и овощи выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки.

Говядина, тушенная с фисташками и апельсинами

Ингредиенты

300 г говядины, 50 г очищенных фисташек, 2 апельсина, 1 луковица, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 столовая ложка майонеза, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать соломкой. Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Фисташки измельчить. Апельсины очистить, разделить на дольки.

Мясо и лук выложить в сковороду с разогретым маслом, жарить 5 минут, влить немного воды, добавить соль, перец, тушить 20 минут. Положить орехи, апельсины, майонез, тушить до готовности.

Говядина в цитрусовом соусе

Ингредиенты

500 г говядины, 1 грейпфрут, 1 лайм, 1 луковица, 2 столовые ложки оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, приправа для мяса, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть, нарезать соломкой. Грейпфрут и лайм вымыть, очистить, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить.

Мясо выложить в сковороду с разогретым оливковым маслом, жарить 10 минут, посолить, посыпать приправой, влить немного воды, тушить в течение 15 минут. Добавить лук, цитрусовые, тушить до готовности.

Мясо выложить на блюдо, полить оставшимся от тушения соусом, посыпать зеленью петрушки.

Филе цыпленка в белом вине по-индонезийски

Ингредиенты

300-400 г филе цыпленка, 4 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, 4 помидора, 100 мл куриного бульона, 100 мл

белого вина, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2 столовые ложки тертого сыра, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымыть, очистить от кожицы, мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть и мелко нарезать. Зелень укропа вымыть и нарубить. Филе цыпленка промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в сковороду, посолить, поперчить, посыпать мукой, добавить 2 столовые ложки сливочного масла и жарить в течение 7-10 минут.

Филе цыпленка, лук и чеснок выложить в казан, добавить оставшееся масло, влить бульон, вино, тушить в течение 10 минут, затем добавить помидоры и тушить до готовности.

Кусочки мяса и лук выложить на блюдо, посыпать тертым сыром, украсить зеленью укропа.

Цыпленок с сухофруктами по-бангладешски

Ингредиенты

Тушка цыпленка, 100 г изюма, 100 г чернослива, 100 г топленого масла, 2 луковицы, 2 столовые ложки сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Изюм и чернослив замочить на 1 час в теплой воде, затем промыть.

Тушку цыпленка промыть, посолить, смазать сметаной, нанизать на вертел и обжарить над раскаленными углями. Затем нарубить порционными кусками, выложить в казан, добавить масло, лук, изюм, чернослив, влить немного воды и тушить до готовности.

Филе цыпленка с айраном

Ингредиенты

500 г филе цыпленка, 200 мл айрана, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2 лавровых листа, 5 клубней картофеля, 1 столовая ложка топленого масла, 1 пучок зелени петрушки, 6 горошин черного перца, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки вымыть. Картофель вымыть, очистить, нарезать кубиками, выложить в сковороду, добавить топленое масло и жарить в течение 10 минут.

Филе цыпленка промыть, нарезать порционными кусками, выложить в казан, добавить сливочное масло, смешанный с мукой айран, лавровый лист, перец горошком и тушить в течение 15–20 минут. Затем добавить картофель, соль и тушить до готовности.

Мясо и картофель выложить на блюдо, полить оставшимся от

тушения соусом, украсить веточками петрушки.

Утка с мандаринами по-марокканski

Ингредиенты

Тушка утки, 2 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки сметаны, 4 мандарина, 200 мл томатного соуса, 1 чайная ложка сахара, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Тушку утки промыть, натереть солью и перцем, смазать сметаной, нанизать на вертел, обжарить над раскаленными углями, затем нарубить порционными кусками.

Для приготовления соуса мандарины очистить от кожуры, разделить на дольки, залить томатным соусом, добавить сахар, довести до кипения. Куски утки выложить в казан, добавить топленое масло, соус и тушить в течение 7-10 минут.

Мозги ягненка с каперсами

Ингредиенты

200 г мозгов ягненка, 100 г сливочного масла, 100 г каперсов, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Мозги промыть, удалить мембрану, еще раз тщательно промыть, выложить в пароварку, посолить, поперчить, готовить 15 минут. Каперсы нарезать, спассеровать в сливочном масле.

Вареные мозги выложить на блюдо, полить маслом с каперсами, посыпать зеленью петрушки.

Конина с ананасами

Ингредиенты

300 г конины, 300 г очищенного ананаса, 100 г сыра, 2 луковицы, 20 г сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Ананас нарезать кубиками. Мясо промыть и нарезать ломтиками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Мясо и ананасы посолить, поперчить, выложить в смазанную сливочным маслом форму, сверху положить кольца лука, посыпать тертым сыром и запекать в разогретой духовке до готовности. Готовое блюдо посыпать зеленью петрушки.

Курица, фаршированная айвой

Ингредиенты

Тушка курицы, 3–4 айвы, 100 г тертого сыра, 2 яйца, 100 мл молока, 1 чайная ложка пшеничной муки, 100 г панировочных сухарей, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок зелени укропа, перец, соль.

Способ приготовления

Айву вымыть, разрезать на четверти, удалить сердцевину. Зелень петрушки и укропа вымыть, нарубить.

Тушку курицы промыть и начинить четвертинками айвы. Яйца взбить с солью и перцем, добавить муку, тертый сыр, влить молоко, перемешать и облить этой смесью курицу.

Курицу посыпать панировочными сухарями, выложить на противень, жарить в духовке до готовности, затем нарубить порционными кусками, посыпать зеленью укропа и петрушки.

Курица, фаршированная бараниной

Ингредиенты

Тушка курицы, 500 г баранины, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки тертой моркови, 3–4 горошины черного перца, 2 лавровых листа, 3 яйца, 50 мл коньяка, 2 г мускатного ореха, 100 мл кетчупа, перец, соль.

Способ приготовления

Тушку курицы промыть, обрезать по суставам крыльев и ножек, сделать разрез от шеи до гузки. Стараясь не повредить кожу, аккуратно снять ее с тушки, посолить, поперчить и сбрызнуть 1 чайной ложкой коньяка.

Срезать мясо. Кости и потроха промыть, выложить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, добавить соль, тертую морковь, лавровый лист, перец горошком и варить в течение 40 минут. Бульон процедить и довести до кипения.

Мясо курицы и баранину промыть, пропустить через мясорубку. В фарш добавить яйца, сливки, соль, молотый перец, мускатный орех, оставшийся коньяк и перемешать.

Наполнить кожу курицы приготовленным фаршем, разрезанный край подвернуть, чтобы фарш не вываливался, и зашить ниткой.

Фаршированную курицу выложить на противень, запекать в умеренно разогретой духовке до готовности. Выложить курицу на блюдо, нарезать тонкими ломтиками, полить кетчупом и подать к столу с бульоном.

Курица, фаршированная говядиной и орехами

Ингредиенты

Тушка курицы, 500 г говядины, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 2 столовые ложки сливок, 3–4 горошины черного перца, 2 столовые ложки рубленого зеленого лука, 2 лавровых листа, 3 яйца, 2 столовые ложки лимонного сока, 100 г майонеза, перец, соль.

Способ приготовления

Тушку курицы промыть, обрезать по суставам крыльев и ножек, сделать разрез от шеи до гузки. Стараясь не повредить кожу, снять ее с тушки, посолить, поперчить и сбрызнуть 1

столовой ложкой лимонного сока.

Срезать мясо. Кости и потроха промыть, выложить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, добавить соль, лавровый лист, перец горошком и варить в течение 30 минут. Бульон процедить и довести до кипения.

Мясо курицы и говядину промыть, пропустить через мясорубку. В фарш добавить яйца, сливки, соль, молотый перец, грецкие орехи, оставшийся лимонный сок и перемешать.

Наполнить кожу курицы приготовленным фаршем, разрезанный край подвернуть и зашить ниткой. Фаршированную курицу выложить на противень, запекать в умеренно разогретой духовке до готовности.

Выложить курицу на блюдо, нарезать тонкими ломтиками, полить майонезом, посыпать рубленым зеленым луком и подать к столу с бульоном.

Куриные окорочка, фаршированные яблоками и говяжьей печенью

Ингредиенты

2 куриных окорочка, 100 г пшеничного хлеба, 100 мл молока, 200 г яблок, 1 стакан куриного бульона, 100 г говяжьей печени, 50 г майонеза, 1 луковица, 4 столовые ложки сливочного масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать ломтиками, посолить и жарить в 2 столовых ложках сливочного масла до готовности. Печень промыть, нарезать кусочками, посолить и обжарить в 1 столовой ложке сливочного масла.

Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать.

Куриные окорочка промыть, снять кожу чулком, у сустава перерубить косточку. Часть косточки оставить с кожей.

Мясо отделить от костей, пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом, яблоками, печенью, снова пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и добавить лук.

Наполнить фаршем куриные окорочка, зашить нитками, выложить на противень, запекать в умеренно разогретой духовке 20 минут, затем переложить в форму, залить бульоном, добавить оставшееся сливочное масло. Поставить в разогретую духовку еще на 20 минут.

Фаршированные окорочка выложить на блюдо, смазать майонезом, посыпать зеленью петрушки.

Утка, фаршированная бананами и сельдереем

Ингредиенты

Тушка утки, 4 недозрелых банана, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 2 стебля сельдерея, карри, соль.

Способ приготовления

Бананы очистить и нарезать кружочками. Сельдерей вымыть, нарезать кружочками. Чеснок очистить и вымыть.

Утку промыть, натереть чесноком, солью и карри, нафаршировать смесью бананов и сельдерея. Выложить на противень, запекать в умеренно разогретой духовке до готовности.

Выпечка

Хлеб и лепешки

Традиционные лепешки

Ингредиенты

1 кг пшеничной муки, 3 столовые ложки манной крупы, 30 г дрожжей, 1/ 4чайной ложки сахара, 1/ 2чайной ложки соли.

Способ приготовления

Муку просеять через сито, добавить соль. Дрожжи и сахар развести в 1/ 2стакана теплой воды и влить смесь в муку. Месить тесто в течение 7-10 минут, затем добавить немного теплой воды и продолжать месить до образования плотной, эластичной массы. Сформовать из теста шарики и оставить их в теплом месте на 10 минут.

Равномерно распределить на доске половину манной крупы и раскатать на ней шарики в круглые лепешки толщиной 1–1,5 см. Посыпать поверхность лепешек оставшейся манной крупой, накрыть салфеткой и оставить в теплом месте на 1,5–2 часа.

Жарить лепешки с обеих сторон в предварительно разогретой сковороде на среднем огне.

Млауи

Ингредиенты

500 г манной крупы, 50 г топленого масла, 1/ 4чайной ложки соли.

Способ приготовления

Манную крупу просеять, посолить, развести 1/ 4стакана теплой воды и замесить тесто (при необходимости добавить еще воды). Из теста сформовать шарики размером с куриное яйцо. Смазать топленым маслом большую сковороду и растянуть на ней каждый шарик двумя руками так, чтобы получилась лепешка. Обжарить лепешки с одной стороны на сковороде с растопленным маслом, затем перевернуть, сложить конвертиком и обжарить с обеих сторон.

Лепешки по-туркменски

Ингредиенты

400 г пшеничной муки, 3 чайные ложки маргарина, 1 чайная ложка бараньего жира, 1 чайная ложка дрожжей, 1 яйцо, 1/ 4чайной ложки кунжутного семени, 1/ 2чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления

Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать вверху углубление в форме воронки, влить в него яйцо, разведенные в теплой воде дрожжи и сахар, добавить растопленный бараний жир, соль и замесить тесто. Оставить тесто на 35–45 минут в

теплом месте, затем разделать на части, придать каждой части круглую или овальную форму, нанести на поверхность каждой лепешки узор, посыпать кунжутным семенем и выпекать в разогретой до 250 °С духовке на смазанном маргарином противне.

Лепешки по-узбекски

Ингредиенты

400 г пшеничной муки, 100 мл молока, 1 столовая ложка растительного масла, 1 чайная ложка дрожжей, 1 яйцо, $^1/_2$чайной ложки мака, 1 чайная ложка соли.

Способ приготовления

Просеянную муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать вверху углубление в форме воронки, влить в него разведенные в теплом молоке дрожжи, добавить соль и замесить тесто. Оставить тесто на 1 час в теплом месте, затем разделать его на круглые лепешки с утолщенными краями. На середину каждой лепешки нанести узор, посыпать маком, смазать взбитым яйцом. Оставить на 15 минут в теплом месте, а затем выпекать в разогретой до 250 °С духовке на смазанном растительным маслом противне.

Лепешки по-азербайджански

Ингредиенты

1 кг пшеничной муки, 10 г дрожжей, 1 столовая ложка молока, 1 измельченная луковица, соль.

Способ приготовления

Муку высыпать горкой в глубокую миску, влить немного воды, добавить разведенные в теплом молоке дрожжи и соль, замесить тесто и поставить его на 4–5 часов в теплое место. Готовое тесто разделать в виде больших шаров, раскатать их и сформовать лепешки с утолщенными краями. Середину каждой лепешки проколоть, положить на нее тертый лук. Оставить лепешки в теплом месте на 30 минут, затем выпекать в разогретой до 200 °С духовке.

Ячменные лепешки по-турецки

Ингредиенты

500 г ячменной крупы, 1 стакан молока, 1 столовая ложка топленого масла, 1 чайная ложка дрожжей, соль.

Способ приготовления

В ячменную крупу положить соль, топленое масло, растереть и добавить разведенные в теплом молоке дрожжи. Замесить тесто и оставить его в теплом месте на 2 часа. Затем разделить тесто на 2 части и сформовать из них толстые лепешки. Выпекать лепешки в разогретой до 200 °С духовке.

Муерки

Ингредиенты

500 г пшеничной муки, 100 г манной крупы, 3–4 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления

Просеянную муку высыпать горкой в глубокую миску, добавить соль, влить небольшое количество воды и месить тесто до тех пор, пока оно не станет эластичным. Оставить тесто в теплом месте на 1 час, затем разделить его на 2 части.

Смазать растительным маслом большое плоское блюдо и растянуть на нем половину теста таким образом, чтобы края получившегося тонкого пласта заходили за края блюда. Две противоположные стороны пласта завернуть навстречу друг другу так, чтобы они соединились в центре.

Получившийся рулет свернуть в форме улитки, посыпать манной крупой и прижать ладонью до толщины 1,5–2 см. Готовое изделие должно иметь круглую форму.

Из второй половины теста сформовать такую же лепешку. В середине каждой лепешки сделать узоры с помощью ножа и вилки. Выпекать лепешки в разогретой до 200 °С духовке.

Лепешки с бараниной

Ингредиенты

200 г пшеничной муки, 200 г баранины, 40 г курдючного сала, 1 луковица, 1 чайная ложка дрожжей, перец, соль.

Способ приготовления

Мясо промыть. Лук очистить, вымыть. Для приготовления фарша мясо, сало и лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец и перемешать.

В просеянную муку положить соль, добавить разведенные теплой водой дрожжи, замесить тесто и положить на 2 часа в теплое место. Раскатать тесто в тонкий пласт, сформовать из него лепешки с утолщенными краями. На середину лепешки положить фарш, накрыть другой лепешкой, защипнуть края и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 40–50 минут.

Лепешки с бараниной и ананасами

Ингредиенты

100-150 г фарша из баранины, 4 ломтика ананаса, 200 г муки, 2 яйца, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зелени петрушки, $^1/_2$чайной ложки сахара, соль.

Способ приготовления

Зелень петрушки и зеленый лук вымыть, нарубить. В муку влить яйца, влить немного воды, замесить тесто и положить его на 30 минут в прохладное место. Для приготовления начинки смешать мясной фарш, сахар, соль и зеленый лук.

Раскатать тесто в пласт, разрезать на части, сформовать из них небольшие лепешки, края которых толще середины. В

середину каждой лепешки положить начинку, сверху – кусочки ананаса и зелень петрушки. Выпекать лепешки в умеренно разогретой духовке в течение 20 минут.

Домашний хлеб по-казахски

Ингредиенты

500 г муки-крупчатки, 250 г пшеничной муки, 100 мл растительного масла, 1 столовая ложка топленого масла, 1 чайная ложка тмина, 1 яйцо, 1/ 2чайной ложки дрожжей, 1/ 2чайной ложки семян аниса, 1/ 4чайной ложки сахара, 1/ 2чайной ложки соли.

Способ приготовления

В просеянную муку влить растительное масло и растереть между ладонями до получения однородной смеси. Затем положить соль и, добавив немного воды, замесить тесто.

Оставить тесто на 15 минут, затем добавить разведенные в небольшом количестве воды дрожжи с сахаром и продолжать месить, время от времени добавляя воду, пока тесто не станет мягким и не будет легко растягиваться руками.

Посыпать тесто семенами аниса, смазать руки топленым маслом и месить тесто до тех пор, пока семена не распределятся равномерно по всему объему теста. Затем снова смазать руки маслом, сформовать из теста небольшие батоны, сделав на их поверхности надрезы, и оставить их в теплом месте на 10–15 минут.

Противень смазать топленым маслом, положить на него батоны, посыпать тмином, смазать взбитым яйцом и поставить на 1,5–2 часа в теплое место, накрыв полотенцем.

Батоны выпекать в разогретой до 250 °С духовке в течение 30–40 минут (10 минут на сильном огне, 20–30 минут – на умеренном), не переворачивая.

Хлеб из манной крупы по-алжирски

Ингредиенты

400 г манной крупы, 20 г дрожжей, 2 столовые ложки пшеничной муки, 1 яичный желток, 1 чайная ложка топленого масла, 100 мл оливкового масла, 1/ 2чайной ложки сахара, 1/ 2чайной ложки соли.

Способ приготовления

В манную крупу высыпать муку, соль и сахар, добавить разведенные в теплой воде дрожжи, оливковое масло, влить немного воды и замесить тесто. Сформовать из теста 2 шара, положить их на смазанный топленым маслом противень, накрыть салфеткой и поставить в теплое место на 1,5–2 часа. Затем смазать поверхность изделий яичным желтком и выпекать в разогретой до 250 °С духовке, при необходимости переворачивая

хлеб, чтобы он равномерно пропекся.

Брики

Брики с яйцом

Ингредиенты

300 г пресного теста, 4 яйца, 1 луковица, 100 мл оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, сок $^{1}/_{2}$лимона, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки вымыть, измельчить. Для приготовления лук и зелень петрушки смешать и отварить в подсоленной воде, после чего поперчить. Тесто раскатать в тонкий пласт и вырезать из него 4 небольших кружка. На каждый кружок теста положить готовую начинку и влить сырое яйцо. Сложить листок теста, защипнуть края и опустить изделия во фритюр на 1 минуту, а затем выложить на противень и довести до готовности в умеренно разогретой духовке. Готовые брики полить лимонным соком и подать к столу.

Брики с бараниной

Ингредиенты

500 г пресного теста, 300 г баранины, 6 яиц, 1 луковица, 2 пучка зелени петрушки, 50 мл растительного масла, 2 столовые ложки сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Зелень петрушки, вымыть, нарубить. Для приготовления начинки баранину промыть, нарезать мелкими кусочками, посолить и поперчить, выложить в кастрюлю, добавить лук, залить небольшим количеством воды. Тушить на медленном огне до полного выпаривания жидкости, после чего добавить сливочное масло, зелень петрушки и тушить в течение 3 минут. Тесто раскатать, нарезать треугольниками, в центр каждого положить начинку, залитую сверху сырым яйцом. Брики выложить на смазанный растительным маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке.

Брики с консервированной рыбой

Ингредиенты

300 г пресного теста, 200 г консервированной в масле рыбы, 4 яйца, 1 луковица, 1 лимон, 30 мл оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, 10 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Для приготовления начинки зелень петрушки вымыть, нарубить, добавить очищенный и мелко нарезанный лук, консервированную рыбу, перец, после чего обжаривать

полученную смесь в сливочном масле в течение 3 минут. Тесто раскатать, нарезать треугольниками, в центр каждого положить начинку, залить ее сверху сырым яйцом и посолить. Брики выложить на смазанный оливковым маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке. Подать к столу с ломтиками лимона.

Брики с картофелем

Ингредиенты

250 г вареного картофеля, 250 г пресного теста, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 луковица, 50 мл оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, перец, соль.

Способ приготовления

Для приготовления начинки смешать очищенные и измельченные яйца, нарезанный кубиками картофель, вымытую и измельченную зелень петрушки, очищенный, вымытый и мелко нарезанный лук, соль и перец. Тесто раскатать, нарезать квадратами, положить в середину каждого начинку, свернуть изделия в виде треугольников, выложить на смазанный оливковым маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке.

Брики с анчоусами

Ингредиенты

300 г пресного теста, 100 г соленых анчоусов, 4 яйца, 1 лимон, 1 луковица, 1 пучок зелени петрушки, 30 мл оливкового масла, 1 столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления

Для приготовления начинки анчоусы вымочить в холодной воде, тщательно промыть и измельчить. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, смешать с вымытой и мелко нарезанной зеленью петрушки и анчоусами, поперчить, а затем обжаривать смесь в оливковом масле в течение нескольких минут. Тесто раскатать, нарезать треугольниками, выложить в центр каждого начинку, залить сверху сырым яйцом, посолить, выложить на смазанный сливочным маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке. Подать к столу с ломтиками лимона.

Брики с говядиной

Ингредиенты

400 г муки, 300 г говядины, 100 мл растительного масла, 20 г сливочного масла, 6 яиц, 2 столовые ложки тертого сыра, перец, соль.

Способ приготовления

Говядину промыть, мелко нарезать и сварить в небольшом количестве подсоленной воды, добавив сливочное масло. Сварить вкрутую 2 яйца, очистить, нарубить, смешать с мясом. Муку

смешать с 2 сырыми яйцами, 3 столовыми ложками растительного масла, солью, влить немного воды и замесить тесто, после чего накрыть его полотенцем и оставить на 40 минут.

Готовое тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать из него стаканом кружочки, на середину каждого положить начинку, защипнуть края. Обжарить изделия в растительном масле и подать к столу, посыпав сыром и перцем.

Брики с тыквой и зеленым луком

Ингредиенты

300 г пресного теста, 300 г тыквы, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка оливкового масла, 1 пучок зеленого лука, соль.

Способ приготовления

Для приготовления начинки тыкву вымыть, очистить, нарезать мелкими кубиками, положить в сковороду, посолить, влить немного воды, добавить сливочное масло и тушить до готовности. Затем размять до пюреобразного состояния, смешать с вымытым и измельченным зеленым луком.

Тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать из него стаканом кружочки, положить в середину каждого начинку, сложить изделия вдвое и защипнуть края.

Выложить брики на смазанный оливковым маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке.

Сладкая выпечка

Самса с миндалем

Ингредиенты

400 г пшеничной муки, 100 г молотого миндаля, 50 г сахара, 50 г сливочного масла, 50 г меда, 4–5 столовых ложек оливкового масла, 2 столовые ложки апельсинового сока, 2 чайные ложки манной крупы, 1/4 чайной ложки корицы, соль на кончике ножа.

Способ приготовления

В просеянную муку положить соль и размягченное сливочное масло. Растереть тесто между ладонями, а затем, добавив немного воды, месить его руками до получения однородной массы. Разделать тесто на несколько частей и оставить на 20 минут.

Для приготовления начинки смешать миндаль, корицу, сахар и апельсиновый сок.

Раскатать тесто и нарезать его полосками шириной 5–6 см. Отрезать у каждой полоски ближний к себе край по косой, положить на получившиеся треугольники по 1 чайной ложке начинки, сложить вдвое, защипнуть края и выложить на посыпанное манной крупой блюдо.

Обжарить каждый треугольник в оливковом масле с обеих сторон, затем смазать медом и подать к столу.

Картофельный кекс с орехами

Ингредиенты

250 г вареного картофеля, 120 г сахара, 50 г измельченных ядер грецких орехов, 2–3 яйца, 2 столовые ложки порошка какао, 1/4 чайной ложки соды, ванилин на кончике ножа.

Способ приготовления

Яичные желтки растереть в пену с сахаром и какао. Добавить орехи, тертый картофель, соду, ванилин и взбитые в пену яичные белки. Все тщательно перемешать и выложить в форму для кекса. Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 1 часа.

Медовые пальчики

Ингредиенты

350 г муки, 200 г меда, 100–150 мл растительного масла, 50 г сахара, 2 яйца.

Способ приготовления

В просеянную муку положить сахар, взбитые яйца, замесить тесто, раскатать его в пласт толщиной 1 см, затем разрезать на полоски длиной 5–6 см. Полоски обвалять в муке и придать им форму пальчиков. Обжарить изделия во фритюре, затем смазать медом и подать к столу.

Восточные пряники

Ингредиенты

3 яйца, 200 г муки, 200 г сахара, 1 столовая ложка топленого масла, 1 столовая ложка меда, 1/2 пакетика ванильного сахара, 1/2 чайной ложки молотого кардамона.

Способ приготовления

Яйца растереть с сахаром, добавить кардамон, ванильный сахар, всыпать муку и перемешать. Брать тесто чайной ложкой, другой ложкой снимать его на смазанный маслом противень, располагая кусочки теста с интервалом в 4–5 см. Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 10 минут, затем смазать медом, остудить и подать к столу.

Кукурузное печенье

Ингредиенты

300 г кукурузных хлопьев, 2 яичных белка, 2 столовые ложки молотого миндаля, 2 столовые ложки изюма, 200 г сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, 1/2 пакетика ванильного сахара, 1/2 чайной ложки корицы.

Способ приготовления

Яичные белки взбить с сахаром, добавить ванильный сахар, кукурузные хлопья, молотый миндаль и изюм, перемешать и выкладывать столовой ложкой на смазанный сливочным маслом противень. Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 15–20 минут, затем переложить печенье на блюдо и посыпать корицей.

Грибия с цукатами

Ингредиенты

400 г муки, 300 г сгущенного молока, 300 г сливочного масла, 250 г топленого масла, 200 г сахара, 100 г манной крупы, 100 г молотого миндаля, 100 г цукатов, 50 г ядер грецких орехов, 2 чайные ложки оливкового масла, 2 чайные ложки персикового сиропа, 1 пакетик ванильного сахара, 1/2 чайной ложки корицы.

Способ приготовления

Для приготовления крема сливочное масло размягчить, взбить, добавить сгущенное молоко, сироп и ванильный сахар. Взбить смесь с помощью миксера до получения густой пышной массы.

Размягченное топленое масло положить в кастрюлю, добавить сахар и взбить до образования пенистой беловатой массы, после чего положить просеянную муку, манную крупу и молотый миндаль.

Замесить тесто и положить его в прохладное место на 1 час, затем разделать на куски размером с куриное яйцо и сформовать из каждого куска шарик.

Придать изделиям коническую форму с плоским основанием, верх каждого посыпать измельченными ядрами грецких орехов и корицей и уложить на смазанный оливковым маслом противень. Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 10–12 минут, затем охладить, выложить на блюдо, полить кремом. Каждое пирожное украсить цукатами.

Пончики по-магрибски

Ингредиенты

500 г манной крупы, 500 г фиников без косточек, 100 г меда, 300 мл оливкового масла, 2 столовые ложки сахарной пудры, 1/4 чайной ложки соды, цедра апельсина, корица на кончике ножа.

Способ приготовления

Финики нарубить, посыпать корицей, тертой цедрой апельсина, сахарной пудрой и перемешать. Манную крупу просеять и насыпать в глубокую миску горкой. В центре горки сделать углубление в форме воронки и влить в него 1/4 стакана нагретого оливкового масла, после чего тщательно перемешать и добавить 1/2 стакана теплой воды и соду.

Раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см и оставить на 5–7 минут в теплом месте. Затем нарезать пласт лентами шириной 6–8 см. На каждую ленту положить подготовленную начинку из фиников и, свернув рулетом, прижать рукой. Рулет нарезать кружочками.

Обжарить пончики в оставшемся оливковом масле, затем смазать теплым медом и подать к столу.

Печенье «Персики»

Ингредиенты

1 кг муки, 500 г сахара, 250 г сливочного масла, 2 яйца, 200 г абрикосового джема, 300 г сметаны.

Способ приготовления

Для приготовления теста сметану растереть с 250 г сахара и яйцами, всыпать муку. Тесто поставить на 1 час в холодильник, после чего поместить в кондитерский мешок и выкладывать небольшие шарики на смазанный маслом противень. Изделия выпекать в предварительно разогретой до 250 °С духовке в течение 10 минут. Испеченные половинки персиков смазать джемом, соединить попарно и посыпать оставшимся сахаром.

Хворост «Медовый»

Ингредиенты

500 г пшеничной муки, 300 г меда, 5 яиц, 220 мл растительного масла, 1 чайная ложка лимонного сока.

Способ приготовления

Яйца взбить, добавить муку и замесить тесто. Тесто раскатать в тонкий пласт, нарезать узкими лентами, каждую из которых

обернуть вокруг вилки и обжарить во фритюре. Приготовить горячий сироп из 1/ 2стакана воды, меда и лимонного сока. Обмакнуть хворост в сироп, охладить и подать к столу.

Торт «Миндальный»

Ингредиенты

Для теста: 400 г сливочного масла, 16 яиц, 400 г сахара, 1 столовая ложка тертой лимонной цедры, 1 чайная ложка измельченного мускатного ореха, 70 г крахмала, 150 г пшеничной муки, 2 столовые ложки оливкового масла.

Для миндальной начинки: 500 г измельченного сладкого миндаля, 2 столовые ложки измельченного горького миндаля, 7 яичных белков, 400 г сахарной пудры, 1 столовая ложка рома, 1 чайная ложка сливочного масла.

Для глазури: 100 г сахара, сок 1 лимона, 1 столовая ложка белого вина.

Для украшения: 100 г тертого шоколада, 2 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов.

Способ приготовления

Для приготовления теста отделить желтки от белков, желтки растереть с сахаром, белки взбить с помощью миксера. Размягченное сливочное масло смешать с растертыми желтками и взбить с помощью миксера, добавить лимонную цедру, мускат, белки, размешать, добавить смесь муки и крахмала и снова взбить с помощью миксера. Выложить тесто в смазанную оливковым маслом форму, поставить в умеренно разогретую духовку на 25 минут, затем остудить, разрезать корж вдоль на 2 части.

Для приготовления миндальной начинки миндаль смешать с сахарной пудрой и яичными белками, поставить на водяную баню и, помешивая, довести до кипения. Выложить в смазанную сливочным маслом форму и поставить в разогретую до 120 °С духовку на 10 минут. Охладить, добавить ром, выложить на корж, сверху накрыть другим коржом.

Для приготовления глазури сахар смешать с лимонным соком, растереть, влить вино, перемешать.

Полить торт глазурью, украсить тертым шоколадом и орехами.

Торт «Лимонный»

Ингредиенты

Для теста: 6 яиц, 200 г муки, 6 столовых ложек сахара, 1 небольшой лимон, 1 столовая ложка маргарина.

Для крема: 150 г сливочного масла, 6 столовых ложек сгущенного молока, 1 столовая ложка лимонного сока, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры.

Для пропитки: 3 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка лимонного ликера.

Для украшения: 100 г рубленых ядер грецких орехов, 50 г цукатов из лимонных корочек.

Способ приготовления

Желтки отделить от белков, растереть с сахаром добела, добавить взбитые в крутую пену белки. Лимон вымыть, пропустить через мясорубку, соединить с яичной смесью, добавить просеянную муку и замесить однородное тесто. Выложить его в смазанную маргарином круглую форму, выпекать в разогретой до 200 ˚С духовке 15 минут. Готовый бисквит вынуть из формы, охладить и разрезать вдоль на 3 коржа. Пропитать их сиропом, приготовленным из сахара, воды (5 столовых ложек) и ликера.

Для приготовления крема размягченное сливочное масло взбить миксером и, продолжая взбивать, добавить сгущенное молоко, лимонный сок и цедру.

Смазать коржи кремом, уложить друг на друга. Посыпать торт орехами, смешанными с мелко нарезанными цукатами.

Шоколадный торт с черносливом

Ингредиенты

Для теста: 3 яйца, 200 г сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки крахмала, 1 столовая ложка какао, 1 столовая ложка маргарина, 100 г чернослива, питьевая сода и соль на кончике ножа.

Для глазури: 100 г темного шоколада, 3 столовые ложки молока, 1 столовая ложка сливочного масла.

Для украшения: 100 г половинок ядер грецких орехов.

Способ приготовления

Чернослив вымыть, обсушить. Желтки отделить от белков, смешать с солью и ванильным сахаром, затем, постепенно подливая горячую воду, взбить в крепкую пену. Добавить белки, взбитые с сахаром, просеянную муку, какао, соду и чернослив, замесить однородное тесто. Выложить его в форму, смазанную маргарином, выпекать в предварительно разогретой духовке 20–25 минут.

Для приготовления глазури шоколад растопить в горячем молоке, хорошо перемешать, слегка охладить, добавить размягченное сливочное масло и растереть. Готовый охлажденный бисквит покрыть глазурью, украсить половинками ядер грецких орехов.

Торт «Восточная сладость»

Ингредиенты

Для теста: 120 г сливочного масла, 200 г сахара, 4 яичных

желтка, 1 столовая ложка сметаны, 400 г муки, питьевая сода на кончике ножа.

Для крема: 500 г чернослива, 200 г сливочного масла, 400 г сметаны, 300 г сахара, 10 грецких орехов.

Для украшения: 4 яичных белка, 200 г сахара.

Способ приготовления

Яичные желтки взбить с помощью миксера, смешать с размягченным сливочным маслом (100 г), добавить соду и сметану, всыпать сахар и муку. Вымесить тесто. Круглую форму для выпечки смазать маслом, посыпать мукой. Выложить тесто в форму. Выпекать при температуре 20 °С в течение 30 минут. Готовый корж остудить и разрезать на 3 пласта.

Для приготовления крема распарить чернослив, удалить из него косточки, пропустить мякоть через мясорубку. Сливочное масло размягчить, взбить с половиной сахара с помощью миксера. Оставшийся сахар взбить со сметаной с помощью миксера. Смешать масляную смесь со сметанной, добавить чернослив и измельченные ядра грецких орехов. Крем тщательно перемешать. Коржи положить друг на друга, смазав каждый кремом.

Яичные белки взбить с сахаром с помощью миксера до образования густой пены. Полученным кремом украсить верх и бока торта.

Персиковый торт

Ингредиенты

200 г муки, 100 г горького шоколада, 1 столовая ложка сахарной пудры, 2 столовые ложки сливок, 150 г сливочного масла, 200 г сахара, 6 яиц, 150 г лимонного мармелада, 200 г персиков, 1 столовая ложка маргарина.

Способ приготовления

Персики вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. Белки отделить от желтков, взбить в крепкую пену. Шоколад растопить на водяной бане. Масло растереть вместе с сахаром до получения однородной массы. Постепенно добавить желтки и шоколад, сахарную пудру и сливки. Всыпать просеянную муку, перемешать, добавить белки. Выложить тесто в смазанную маргарином форму, выпекать в предварительно разогретой духовке 1 час.

Вынуть корж из формы, слегка охладить, обмазать размягченным мармеладом. Выложить сверху половинки персиков.

Абрикосовый торт с винным желе

Ингредиенты

Для теста: 6 яиц, 200 г сметаны, 200 г сахара, 400 г муки, 1 столовая ложка маргарина.

Для пропитки: 3 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка фруктовой эссенции.

Для начинки: 200 г абрикосового джема.

Для украшения: 10 абрикосов, 1 столовая ложка лимонного сока.

Для желе: 2 столовые ложки сахара, 1/2 чайной ложки желатина, 2 столовые ложки сухого белого вина, 1 чайная ложка лимонного сока.

Способ приготовления

Желтки отделить от белков, растереть добела, добавить белки, взбитые с сахаром в крепкую пену. Затем добавить сметану и просеянную муку, замесить однородное тесто, выложить его в смазанную маргарином форму, выпекать в предварительно разогретой духовке 20 минут. Готовый бисквит охладить, разрезать на 3 части и пропитать сиропом, приготовленным их сахара, воды и фруктовой эссенции.

Абрикосы вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, разрезать пополам, удалить косточки, нарезать дольками и сбрызнуть лимонным соком.

Для приготовления желе желатин замочить в воде (100 мл) на 2 часа, добавить сахар и лимонный сок, довести до кипения, охладить, добавить вино и перемешать. Коржи смазать джемом, уложить друг на друга, сверху выложить ломтики абрикосов. Залить торт желе, поставить на 3 часа в холодильник.

Торт «Цитрусовый»

Ингредиенты

Для теста: 5 яиц, 200 г сахарной пудры, 4 столовые ложки муки, 2 столовые ложки крахмала, 2 столовые ложки лимонного сока, 2 чайные ложки тертой лимонной цедры, соль.

Для крема: 200 г сахара, 200 г сметаны.

Для украшения: цукаты из лимонных и апельсиновых корочек.

Способ приготовления

Желтки отделить от белков, растереть с сахарной пудрой, добавить соль, лимонный сок и цедру, перемешать, соединить со взбитыми белками. Добавить просеянную муку и крахмал, замесить однородное тесто. Выложить его в форму, выстланную бумагой для выпечки, поставить на 15 минут в предварительно разогретую духовку. Готовый бисквит охладить, разрезать вдоль на 3 коржа.

Для приготовления крема взбить охлажденную сметану с сахаром. Коржи смазать кремом, положить друг на друга. Украсить торт мелко нарезанными цукатами.

Торт «Южный вечер»

Ингредиенты

Для теста: 8 яиц, 4 яичных желтка, 500 г сахара, 500 г картофельной муки, 200 г очищенных и измельченных ядер грецких орехов, 1 столовая ложка измельченного сладкого миндаля, 10 г маргарина.

Для глазури: 100 г тертого молочного шоколада, 3 столовые ложки сахара.

Для украшения: 2 банана, 2 апельсина.

Способ приготовления

Для приготовления глазури шоколад смешать с сахаром, добавить 4 столовые ложки воды и варить, помешивая, на водяной бане до загустения смеси.

Для приготовления теста желтки и яйца растереть с сахаром, добавить картофельную муку, размешать, положить грецкие орехи и миндаль. Тесто разделить на 2 равные части, выпечь коржи в смазанных маргарином формах, охладить. Корж выложить на блюдо, смазать половиной приготовленной глазури, накрыть вторым коржом. Сверху выложить оставшуюся глазурь.

Апельсины и бананы вымыть, очистить. Апельсины нарезать кружочками, бананы – ломтиками. Торт поставить в прохладное место на 2 часа, затем украсить ломтиками бананов и кружочками апельсинов.

Ореховый торт-рулет

Ингредиенты

3 яичных белка, 2 яичных желтка, 100 г сахара, 1 чайная ложка питьевой соды, 2 стакана 30 %-ных сливок, 1,5 стакана измельченных ядер грецких орехов, 1 чайная ложка ванильного сахара, 2 столовые ложки коньяка, 2 столовые ложки сахарной пудры, 1 чайная ложка сливочного масла.

Способ приготовления

Белки взбить с помощью миксера. Желтки растереть с сахаром, добавить орехи, соду, ванильный сахар, белки и перемешать. Смесь выложить на смазанный сливочным маслом противень и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 15 минут. Готовый корж накрыть влажной салфеткой и поставить в прохладное место на 1 час.

На столе расстелить лист пергамента размером немного больше, чем корж, посыпать его сахарной пудрой. Осторожно перевернуть противень с коржом на этот лист. Сливки смешать с коньяком и взбить с помощью миксера. Смазать поверхность коржа сливками и свернуть рулетом. Торт поставить в прохладное место на 1 час, затем нарезать порционными кусками и подать к столу.

Торт «Изюминка»

Ингредиенты

Для теста: 400 г муки, 250 г сметаны, 250 г сахара, 3 яйца, 100 г изюма без косточек, 1 чайная ложка питьевой соды, 1/ 2чайной ложки 3 %-ного уксуса, 10 г маргарина.

Для крема: 250 г сливочного масла, 250 г сгущенного молока, 1 пакетик ванильного сахара, 1 столовая ложка ванильного ликера.

Способ приготовления

Изюм замочить в теплой воде на 2 часа, затем промыть. Яйца растереть с сахаром, добавить сметану, гашенную уксусом соду и муку. Замесить тесто, положить изюм и перемешать.

Готовое тесто выложить в смазанную маргарином форму и выпекать в умеренно разогретой духовке 30–40 минут.

Для приготовления крема размягченное сливочное масло смешать со сгущенным молоком, добавить ванильный сахар, ликер и взбить с помощью миксера.

Торт остудить, разрезать вдоль на 2 равные части, смазать кремом, оставить на 2 часа.

Торт из орехового теста по-узбекски

Ингредиенты

Для теста: 500 г очищенных грецких орехов, 300 г сахара, 7 яичных белков, 2 чайные ложки сливочного масла.

Для крема: 700 г сахара, 700 г сливочного масла, 3 столовые ложки готового черного кофе, 7 яичных желтков, 1 пакетик ванильного сахара.

Способ приготовления

Для приготовления теста орехи пропустить через мясорубку. Белки смешать с сахаром, взбить с помощью миксера, добавить орехи и тщательно перемешать. 1/ 4часть теста разделить на 8 частей и выпечь на смазанном сливочным маслом противне 8 круглых лепешек. Оставшееся тесто разделить на 3 части и выпечь еще 3 коржа на смазанном сливочным маслом противне. Готовые коржи остудить.

Для приготовления крема сахар смешать с ванильным сахаром, влить кофе и, помешивая, нагревать до полного растворения сахара. Затем положить размягченное сливочное масло, остудить, добавить желтки и взбить крем с помощью миксера.

Коржи смазать кремом, соединить. Верхний корж и бока торта тоже смазать кремом. Поверх крема разложить лепешки и с помощью кондитерского мешочка сделать на них украшения из крема.

Торт «Восточная сказка»

Ингредиенты

Для теста: 500 г измельченного миндаля, 500 г сахара, 400 г шоколада, 200 г цукатов, 5 яичных белков, 2 чайные ложки сливочного масла.

Для крема: 350 г сметаны, 300 г сахара, 100 г кокосовой стружки, 1 пакетик ванильного сахара.

Для украшения: 200 г измельченных ядер грецких орехов, 200 г кураги.

Способ приготовления

Для приготовления теста яичные белки смешать с сахаром и взбить с помощью миксера. Шоколад натереть на мелкой терке, цукаты мелко нарезать. Шоколад, миндаль и цукаты перемешать с белковой массой. Тесто выложить в смазанную сливочным маслом форму и выпекать в разогретой до 200 °С духовке в течение 15 минут.

Для приготовления крема в охлажденную сметану всыпать сахар, добавить кокосовую стружку, ванильный сахар и взбить с помощью миксера. Курагу замочить на 2 часа в теплой воде, затем промыть, обдать кипятком и нарезать. Готовый корж смазать кремом. Торт украсить курагой и орехами.

Торт «Апельсиновый рай»

Ингредиенты

Для теста: 100 г сахара, 4 яйца, 200 г нуги, 2 столовые ложки порошка какао, 2 столовые ложки тертого шоколада, 100 г муки, 100 г измельченных ядер грецких орехов, 1 столовая ложка крахмала, 1 столовая ложка сливочного масла, соль на кончике ножа.

Для крема: 300 мл апельсинового сока, 3 столовые ложки апельсинового ликера, 1 столовая ложка желатина, 100 г сахара, 400 г сливок, 1 пакетик ванильного сахара.

Для помадки: 100 г сахара, 1 чайная ложка лимонного сока.

Для глазури: 200 г сахара, 2 столовые ложки порошка какао.

Для украшения: 4 апельсина, 1 столовая ложка измельченного сладкого миндаля, 2 столовые ложки сахарной пудры.

Способ приготовления

Для приготовления теста яйца разбить, отделить желтки от белков. Белки смешать с сахаром и солью и взбить с помощью миксера, добавить желтки. Нугу растопить, положить орехи, шоколад, какао, муку и крахмал, перемешать и соединить с яичной массой. Тесто выложить в смазанную маслом форму и выпекать в разогретой до 20 °С духовке в течение 30 минут. Готовое изделие остудить и разрезать на 2 пласта.

Для приготовления крема желатин растворить в 100 мл холодной воды, нагревать на слабом огне в течение 2 минут,

затем остудить, добавить апельсиновый сок и ликер, сахар, ванильный сахар, тщательно перемешать, влить сливки и взбить с помощью миксера. На нижний корж выложить крем, накрыть вторым коржом.

Для приготовления помадки сахар залить 100 мл воды и варить до загустения, затем добавить лимонный сок, остудить, взбить деревянной лопаткой и подогреть до 45–50 °С.

Для приготовления глазури сахар залить 1 стаканом кипящей воды и варить до загустения, остудить и перемешать с какао. Торт полить помадкой. Апельсины вымыть, очистить, нарезать дольками, выложить поверх помадки, посыпать миндалем. Пространство между дольками апельсинов залить шоколадной глазурью. Торт посыпать сахарной пудрой.

Яблочно-айвовый торт с фисташками

Ингредиенты

Для теста: 300 г очищенных молотых фисташек, 100 г молотого миндаля, 500 г яблок, 200 г айвы, 600 г сахара, 150 г мармелада, 3 столовые ложки манной крупы, 2 чайные ложки тертой апельсиновой цедры.

Для украшения: 100 г очищенных фисташек, 100 г очищенного миндаля.

Способ приготовления

Для приготовления теста яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину. Айву вымыть, удалить сердцевину. Яблоки и айву нарезать и варить до размягчения, затем протереть через сито.

Добавить в пюре сахар, цедру и, помешивая, варить на слабом огне до полного растворения сахара. Затем положить манную крупу, миндаль, фисташки и варить, помешивая, на слабом огне в течение 3–5 минут.

Готовую массу остудить, добавить нарезанный маленькими кусочками мармелад, перемешать, выложить на блюдо и оставить на 12 часов. Готовый торт украсить миндалем и фисташками.

Вафельный торт с персиковым кремом

Ингредиенты

Для основы: 4 вафельных коржа.

Для крема: 500 г сливок, 400 г персикового пюре, 450 г сахара, 2 столовые ложки желатина, 100 мл лимонного сока.

Для украшения: 1 персик, $^1/_4$ чайной ложки корицы.

Способ приготовления

Персик вымыть, разрезать пополам, удалить косточку и нарезать тонкими ломтиками. Для приготовления крема желатин растворить в 1 стакане теплой воды. Сливки взбить с помощью миксера. В персиковое пюре добавить сахар и варить, помешивая, до загустения. Затем остудить, влить лимонный сок, раствор

желатина, перемешать и соединить со взбитыми сливками.

Коржи прослоить кремом, верх украсить ломтиками персика, посыпать корицей. Торт поставить в прохладное место на 4 часа.

Торт «Гарем»

Ингредиенты

Для теста: 6 яичных желтков, 4 яичных белка, 4 столовые ложки сахара, 2 чайные ложки ванильного сахара, 2 столовые ложки муки, 3 столовые ложки молотых ядер грецких орехов, 2 столовые ложки крахмала, 2 чайные ложки тертой лимонной цедры, 1 чайная ложка разрыхлителя, 2 чайные ложки какао, $^1/_4$чайной ложки корицы, молотый имбирь, толченый кардамон, молотая гвоздика и тертый мускатный орех на кончике ножа, 1 столовая ложка маргарина.

Для крема и украшения: 300 мл мускатного вина, 200 мл сливок, $^1/_2$лимона, 1 палочка корицы, 3 бутона гвоздики, 15 г желатина, 5 яичных желтков, 2 яичных белка, 4 столовые ложки сахара, молотый бадьян на кончике ножа, засахаренные вишни и апельсиновые дольки.

Способ приготовления

Желтки растереть с 2 столовыми ложками сахара, добавить ванильный сахар и лимонную цедру. Белки взбить с оставшимся сахаром в крепкую пену, смешать с желтками. Добавить просеянную муку, крахмал, разрыхлитель и очень осторожно перемешать движениями сверху вниз. Массу разделить на 2 части, одну часть смешать с какао, орехами и пряностями. Темное и светлое тесто поместить в корнетики и выдавить вперемежку полосками на смазанный маргарином противень. Выпекать в предварительно разогретой духовке 8-10 минут, выложить на влажное полотенце и накрыть влажной салфеткой.

Для приготовления крема подогреть вино, добавить пряности и лимон, нарезанный тонкими кружочками, оставить на 15 минут. Желатин замочить в небольшом количестве воды, желтки растереть с сахаром. Вино снова подогреть, процедить, добавить желтковую массу, тщательно перемешать. Готовить на водяной бане 5 минут, постоянно помешивая, затем добавить желатин, перемешать и охладить. Добавить взбитые по отдельности белки и сливки, перемешать. Из бисквитного коржа вырезать круг по размеру разъемной формы для торта, остатки коржа мелко нарубить.

Бисквит положить на дно разъемной формы, сверху выложить крем, посыпать бисквитной крошкой. Поставить торт на 8 часов в холодильник, перед подачей к столу украсить засахаренными вишнями и апельсиновыми дольками.

Торт «Гюльчатай»

Ингредиенты

Для теста: 130 г маргарина, 200 г сахара, 6 яиц, 100 г шоколада, 180 г муки, молотая корица, кардамон и соль на кончике ножа.

Для начинки: 200 г темного шоколада, 400 г сахарной пудры, 120 г сливочного масла, 2 столовые ложки коньяка.

Для украшения: 1 столовая ложка какао, 1 столовая ложка сахарной пудры.

Способ приготовления

Смешать размягченный маргарин (100 г), половину указанного количества сахара, соль, корицу и кардамон. Растереть венчиком, добавляя по одному желтки. Добавить растопленный на водяной бане шоколад, взбитые с оставшимся сахаром белки и просеянную муку, замесить однородное тесто. Выложить его в смазанную оставшимся маргарином форму, выпекать в разогретой до 180 °С духовке 20–30 минут. Готовый бисквит охладить, разрезать вдоль на 2 коржа. Для приготовления начинки шоколад натереть на мелкой терке, добавить коньяк и размягченное сливочное масло, взбитое с сахарной пудрой. Все тщательно перемешать.

Бисквитные коржи смазать кремом, положить друг на друга. Посыпать торт просеянной сахарной пудрой, смешанной с какао.

Торт «Фергана»

Ингредиенты

Для теста: 250 г муки, 100 г сливочного масла, 6 яиц, 20 г порошка какао, 2 чайные ложки маргарина, соль на кончике ножа.

Для крема: 500 г абрикосов, 3 столовые ложки лимонного сока, 5 столовых ложек меда, 2 столовые ложки абрикосового ликера, 400 г взбитых сливок.

Для украшения: 3 столовые ложки кокосовой стружки.

Способ приготовления

Для приготовления теста в кастрюлю влить 200 мл воды, нагреть, добавить соль и сливочное масло, размешать. Добавить муку, размешать, остудить, смешать со взбитыми яйцами и какао. Тесто выложить в смазанную маргарином форму и выпекать в разогретой до 200 °С духовке 20–25 минут. Готовый корж охладить, разрезать на два пласта.

Для приготовления крема абрикосы вымыть, обдать кипятком, очистить от кожицы, разрезать каждый абрикос пополам, удалить косточки, мелко нарезать. Лимонный сок смешать с ликером и медом, добавить 100 мл воды, довести до кипения, добавить абрикосы, варить 2 минуты. Абрикосы вынуть шумовкой, сироп варить на слабом огне до загустения, затем

остудить, смешать с абрикосами и сливками. Коржи смазать кремом, соединить. Готовый торт посыпать кокосовой стружкой и подать к столу.

Традиционный йеменский торт

Ингредиенты

Для теста: 300 г муки, 300 г сливочного масла, 300 г сахара, 3 яйца, 1 столовая ложка тертой апельсиновой цедры, 2 столовые ложки апельсинового сока, 2 чайные ложки маргарина.

Для банановый крема: 500 г взбитых сливок, 1 столовая ложка коньяка, 4 банана, сок 1 апельсина, 1 пакетик ванильного сахара.

Для сливочного крема: 200 г сливок, 1 пакетик ванильного сахара.

Для украшения: 2 апельсина, 3 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов.

Способ приготовления

Отделить белки от желтков. Белки взбить с помощью миксера. Желтки растереть с сахаром, всыпать муку, добавить размягченное сливочное масло, белки, цедру и апельсиновый сок, перемешать. Тесто выложить в смазанную маргарином форму и выпекать в разогретой до 200 °С духовке 30 минут. Готовый бисквит остудить, разрезать на два пласта.

Для приготовления банановый крема бананы вымыть, очистить, нарезать кубиками. Апельсиновый сок смешать с коньяком, добавить ванильный сахар, бананы и оставить на 30 минут. Затем положить сливки и перемешать.

Для приготовления сливочного крема сливки смешать с ванильным сахаром, взбить с помощью миксера. Апельсины вымыть, очистить и нарезать кружочками. На нижний корж выложить банановый крем, накрыть вторым коржом, смазать его сливочным кремом. Торт украсить кружочками апельсинов, посыпать орехами и подать к столу.

Торт по-тирански

Ингредиенты

Для теста: 400 г сливочного масла, 8 яиц, 5 яичных желтков, 1 стакан поджаренного измельченного сладкого миндаля, 2 стакана сахара, 10 желтков сваренных вкрутую яиц, 1 столовая ложка тертой лимонной цедры, 1 чайная ложка молотой корицы, 1 стакан пшеничной муки.

Для крема: 300 г сметаны, 100 г сахара, 8 яичных желтков, $^1/_2$чайной ложки молотой корицы, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры.

Для украшения: 2 столовые ложки кокосовой стружки.

Способ приготовления

Для приготовления теста размягченное сливочное масло растереть с сырыми желтками, добавить взбитые яйца. Желтки сваренных вкрутую яиц протереть через сито, соединить с миндалем и добавить в яично-масляную смесь. Положить муку, сахар, корицу, цедру и замесить тесто. Тесто разделить на 5 равных частей и испечь коржи.

Для приготовления крема сметану взбить. Желтки растереть с сахаром, добавить корицу, цедру, сметану, влить лимонный сок и взбить с помощью миксера. Коржи остудить, смазать прослойкой, соединить. Торт украсить кокосовой стружкой.

Восточные пирожные с курагой и ореховой посыпкой

Ингредиенты

1 кг муки, 500 мл молока, 150 г сахара, 100 г сливочного масла, 100 г кураги, 100 г очищенных грецких орехов, 50 г дрожжей, 1 яйцо, 1 яичный желток, 3–4 капли ромовой эссенции, $^{1}/_{2}$чайной ложки тертой лимонной цедры, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Способ приготовления

Орехи подсушить в духовке, нарубить. Смешать дрожжи с подогретым молоком, добавить яйцо, сахар, соль, лимонную цедру и ромовую эссенцию. Всыпать просеянную муку, добавить вымытую и мелко нарезанную курагу и замесить тесто. Добавить размягченное сливочное масло и месить до тех пор, пока тесто не будет легко отходить от рук. Присыпать тесто мукой и оставить на 1 час в теплом месте. Подошедшее тесто выложить на присыпанную мукой доску и разделать на небольшие шарики. Переложить их на смазанный растительным маслом противень, накрыть полотенцем и дать расстояться. Затем смазать изделия желтком, посыпать орехами и выпекать в предварительно разогретой духовке до готовности.

Заварные пирожные с персиковым кремом

Ингредиенты

1,5 кг заварного теста, 100 г персиков, 200 г сахара, 200 мл жирных сливок, 20 г желатина, 3 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов, 1 столовая ложка растительного масла.

*Способ приготовления*Персики вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, вынуть косточки и положить в кастрюлю. Добавить сахар, оставить на 1,5 часа, затем перемешать и варить на слабом огне до размягчения. Желатин залить 200 мл теплой воды, перемешать, оставить на 20 минут, затем процедить. Персиковое пюре остудить и протереть через сито. Желатиновый раствор влить в предварительно взбитые сливки, размешать и добавить персиковое пюре и орехи. Крем перемешать, охладить до комнатной температуры.

Из теста сформовать шарики, выпечь в духовке на смазанном маслом противне, дать остыть и разрезать пополам вдоль. Смазать нижние половинки кремом, накрыть верхними половинками и дать застыть.

Ореховые пирожные с цветной глазурью

Ингредиенты

Для теста: 400 г муки, 100 г сахара, 125 мл молока, 1 яйцо, 70 г грецких орехов, 1 пакетик ванильного сахара, 1 пакетик разрыхлителя, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Для глазури: 200 г сахарной пудры, 1 яичный белок, 1 чайная ложка свекольного сока, 1 чайная ложка морковного сока.

Способ приготовления

Орехи подсушить в духовке, измельчить в кофемолке. Яйцо взбить с сахаром, добавить молоко и растительное масло, перемешать. Добавить предварительно просеянную муку, смешанную с орехами, ванильным сахаром и разрыхлителем. Вымесить тесто и наполнить им на $^2/_3$ формочки для пирожных. Выпекать 25–30 минут в духовке, разогретой до 175 °С.

Для приготовления глазури взбить белок с сахарной пудрой в крепкую пену, разделить полученную массу на 2 части. В одну добавить морковный сок, в другую – свекольный. Полученной глазурью покрыть охлажденные пирожные, дать застыть.

Миндальные пирожные

Ингредиенты

500 г муки, 250 мл молока, 200 г очищенного миндаля, 100 г изюма, 100 г сливочного масла, 100 г сахара, 50 мл йогурта, 30 г дрожжей, 1 яичный желток, 1 яйцо, 2–3 столовые ложки сахарной пудры, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Способ приготовления

Миндаль подсушить в духовке, измельчить в кухонном комбайне или кофемолке. Изюм вымыть, обсушить. Молоко слегка подогреть, добавить дрожжи и 100 г муки, перемешать и оставить на 20 минут в теплом месте. Добавить оставшуюся муку, сахар, яйцо, растопленное масло и соль, вымесить тесто и поставить на 30–45 минут в теплое место. Для приготовления начинки смешать молотый миндаль с изюмом, сахарной пудрой и йогуртом. Подошедшее тесто вымесить еще раз, выложить на посыпанную мукой доску и тонко раскатать тонким слоем. Выложить на пласт теста начинку, свернуть его в виде рулета, нарезать небольшими кусочками.

Выложить изделия на смазанный растительным маслом противень, смазать желтком, взбитым с 1–2 чайными ложками воды. Выпекать в разогретой до 200 °С духовке 20–25 минут.

Пирожные с корицей и яблоками

Ингредиенты

Для теста: 5 яиц, 200 г муки, 200 г сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 1 чайная ложка разрыхлителя, 1 чайная ложка корицы.

Для начинки и украшения: 4–5 яблок, 150 г коричневого сахара, сок и цедра 1 лимона, 150 г взбитых сливок.

Способ приготовления

Для приготовления начинки яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать маленькими кубиками и положить в огнеупорную форму. Посыпать сахаром и лимонной цедрой, сбрызнуть лимонным соком и запекать в духовке до готовности.

Яйца взбить с сахаром, всыпать просеянную муку, смешанную с ванильным сахаром, разрыхлителем и корицей, тщательно перемешать. Противень выстлать промасленной бумагой для выпечки, вылить тесто, выпекать в предварительно разогретой духовке до готовности. Выложить на полотенце, снять бумагу, свернуть в виде рулета, охладить и снова развернуть. Выложить сверху начинку, разровнять, свернуть корж в виде рулета, нарезать порционными кусками. Каждое пирожное украсить взбитыми сливками.

Медовые пирожные с белковым кремом и орехами

Ингредиенты

Для теста: 200–250 г муки, 100 г меда, 100 г сахарной пудры, 5 яиц, $^{1}/_{4}$ чайной ложки молотой корицы, молотая гвоздика на кончике ножа, 2 чайные ложки маргарина, 3–4 столовые ложки панировочных сухарей.

Для крема: 250–300 г 30 %-ных сливок, 150 г сахара.

Для украшения: 1 яичный белок, 2–3 столовые ложки сахарной пудры, 100 г измельченных ядер грецких орехов.

Способ приготовления

Для приготовления теста отделить желтки от белков. Белки взбить с помощью миксера. Желтки растереть с сахарной пудрой и медом и взбить с помощью миксера, добавить белки, муку, корицу и гвоздику, перемешать.

Из теста сформовать небольшие шарики, обвалять их в панировочных сухарях и выложить на смазанный маргарином противень. Выпекать в разогретой до 220 °С духовке 20–25 минут, охладить.

Для приготовления крема сливки смешать с сахаром и взбить с помощью миксера. Изделия разрезать на половинки, вынуть чайной ложкой середину, заполнить кремом. Половинки соединить. Готовые пирожные смазать белком, взбитым с сахарной пудрой, посыпать орехами и поставить в прохладное место на 1 час.

Кукурузные пирожные по-алжирски

Ингредиенты

100 г кукурузной муки крупного помола, 1 л молока, 170 г меда, 60 г сливочного масла, 150 г сахара, 1 чайная ложка молотого имбиря, 1 чайная ложка молотой корицы, 1/4 чайной ложки тертого мускатного ореха, 1 столовая ложка маргарина, 200 г взбитых сливок, 1/2 чайной ложки соли.

Способ приготовления

Кукурузную муку смешать с 225 мл холодного молока. Оставшееся молоко довести до кипения, влить в него приготовленную ранее смесь, довести до кипения и варить на маленьком огне 20 минут. Затем снять с огня, добавить мед, сливочное масло, сахар, соль и специи, перемешать.

Форму смазать маргарином, вылить в нее приготовленную смесь, накрыть фольгой и поставить на глубокий противень. Налить в него воды так, чтобы она доходила до середины формы. Запекать 1 час в предварительно разогретой до 190 °С духовке, затем фольгу снять и запекать еще 1 час. Изделие охладить, нарезать порционными кусками. Каждое пирожное украсить взбитыми сливками.

Ореховые трубочки

Ингредиенты

500 г песочного теста, 150 г очищенных грецких орехов, 70 г коричневого сахара, 1 яичный желток, 1 столовая ложка молока, 2 столовые ложки сахарной пудры, 1 столовая ложка маргарина.

Способ приготовления

Орехи подсушить в духовке, нарубить, смешать с сахаром. Тесто разделить на 4 части, каждую раскатать в тонкий пласт и нарезать кусочками треугольной формы. На широкую часть треугольников выложить приготовленную начинку, свернуть в виде рулетиков.

Выложить изделия на смазанный маргарином противень, смазать желтком, взбитым с молоком, выпекать в предварительно разогретой духовке 25 минут. Готовые пирожные посыпать сахарной пудрой.

Пирожные с апельсиновым джемом и взбитыми сливками

Ингредиенты

250 г муки, 120 г сливочного масла, 140 г сахарной пудры, 100 г апельсинового джема, 1 яйцо, 1 пакетик ванильного сахара, 1–2 столовые ложки молока, 1 столовая ложка маргарина, 1/2 чайной ложки разрыхлителя, 200 г взбитых сливок.

Способ приготовления

Сливочное масло растереть с сахарной пудрой (100 г), добавить яйцо, ванильный сахар и молоко, перемешать. Добавить

просеянную муку, смешанную с разрыхлителем, замесить тесто и оставить на 30 минут. Затем выложить его на присыпанную мукой доску, раскатать в пласт толщиной 0,3–0,4 см и вырезать выемкой небольшие кружочки. Выложить их на смазанный маргарином противень, выпекать в предварительно разогретой духовке до готовности, охладить.

Половину кружочков смазать джемом и накрыть оставшимися. Каждое пирожное обвалять в оставшейся сахарной пудре и украсить взбитыми сливками.

Фигурные слоеные пирожные с глазурью и взбитыми сливками

Ингредиенты

400 г слоеного теста, 30 г муки, 1 яичный белок, 100 г сахарной пудры, 1 чайная ложка лимонного сока, 1 чайная ложка свекольного сока, 2 столовые ложки цветной сахарной посыпки, 1 столовая ложка маргарина, 150 г взбитых сливок.

Способ приготовления

Тесто выложить на присыпанную мукой доску, раскатать в тонкий пласт и вырезать с помощью выемок небольшие фигурки. Выложить изделия на смазанный маргарином противень, выпекать до готовности.

Для приготовления глазури белок взбить с сахарной пудрой и лимонным соком в крепкую пену, добавить свекольный сок и перемешать.

Готовые пирожные покрыть глазурью, обвалять в сахарной посыпке и украсить взбитыми сливками.

Пирожное «Колокольчики»

Ингредиенты

Для теста: 300 г муки, 120 г сливочного маргарина, 100 г сахарной пудры, 1 яйцо, 50 мл молока, 1 пакетик ванильного сахара, 2 столовые ложки порошка какао, $^1/_2$ чайной ложки разрыхлителя.

Для украшения: 100 г белого шоколада, 1 столовая ложка сливок, шоколадная посыпка.

Способ приготовления

Яйцо взбить с молоком, пудрой и ванильным сахаром, добавить растопленный и охлажденный маргарин и просеянную муку, смешанную с какао и разрыхлителем. Замесить тесто и оставить на 30 минут в холодном месте. Затем выложить его на присыпанную мукой доску, раскатать в пласт толщиной 0,5 см и вырезать выемкой изделия в форме колокольчиков. Выложить их на присыпанный мукой противень, выпекать в предварительно разогретой духовке до готовности, охладить. Шоколад растопить на водяной бане, добавив сливки. Пирожные смазать полученной

глазурью и украсить шоколадной посыпкой.

Кокосовые пирожные по-африкански

Ингредиенты

200 г кокосовой стружки, 50 г сливочного масла, 100 г сахара, 4 яйца, 1 столовая ложка растительного масла, 2 киви.

Способ приготовления

Яйца взбить с сахаром, добавить растопленное и охлажденное сливочное масло, всыпать кокосовую стружку, тщательно перемешать.

Полученную массу выложить небольшими порциями на противень, выстланный промасленной бумагой для выпечки. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 12–15 минут. Киви вымыть, очистить, нарезать тонкими ломтиками. Каждое пирожное украсить киви.

Пирожные с ананасами

Ингредиенты

Для теста: 800 г муки, 150 мл молока, 200 г сливочного масла, 2 яйца, 2–3 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка маргарина.

Для начинки: 150 г консервированных ананасов, 100 г очищенных грецких орехов, 3 столовые ложки меда, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры.

Для украшения: 200 г взбитых сливок.

Способ приготовления

Для приготовления начинки ананасы пропустить через мясорубку вместе с орехами, добавить мед и лимонную цедру, перемешать.

Молоко подогреть, добавить растопленное масло, сахар и взбитые яйца, тщательно перемешать. Всыпать просеянную муку и замесить тесто. Выложить его на присыпанную мукой доску, разделить на 2 равные части, раскатать каждую в пласт толщиной 0,5 см.

Один пласт теста выложить на смазанный маргарином противень, выложить сверху начинку, накрыть вторым пластом и соединить края. Выпекать в предварительно разогретой духовке до готовности, затем нарезать кусочками треугольной формы. Каждое пирожное украсить взбитыми сливками.

Миндальные шарики

Ингредиенты

500 г молотого миндаля, 50 г дробленого миндаля, 250 г сахара, 10 яичных белков, 2–3 чайные ложки манной крупы, 1 пакетик пищевого разрыхлителя, ванилин на кончике ножа.

Способ приготовления

Молотый миндаль, сахар, ванилин и разрыхлитель смешать в

глубокой миске, добавить взбитые яичные белки и замесить мягкое тесто. Сформовать из теста шарики величиной с куриное яйцо, обвалять каждый в дробленом миндале, положить на посыпанный манной крупой противень и поставить в разогретую до 20 °С духовку на 10–15 минут.

Асида из фундука

Ингредиенты

750 г пшеничной муки, 500 г фундука, 500 г сахара, 4 яичных желтка, 1 л молока.

Способ приготовления

Для приготовления крема яичные желтки взбить со 100 г сахара, влить молоко, размешать, добавить 150 г муки и 250 г сахара.

Довести смесь до кипения на слабом огне и варить, помешивая, до кремообразной консистенции.

Очищенный фундук обжарить до золотистого цвета и размолоть в кофемолке. Полученную массу залить 1 л воды, перемешать, процедить через марлю, отжать весь сок, размешать его с оставшимися мукой и сахаром, переложить в кастрюлю и варить, помешивая, на слабом огне до получения густой массы.

Ореховое тесто выложить на блюдо и поставить в прохладное место на 1 час, затем полить приготовленным кремом.

Асида из кедровых орехов

Ингредиенты

500 г кедровых орешков, 500 г пшеничной муки, 500 г сахара, 50 г манной крупы, 4 яичных желтка, 1 л молока.

Способ приготовления

Для приготовления крема яичные желтки взбить с 250 г сахара, влить молоко, добавить манную крупу, размешать, довести смесь до кипения на слабом огне и варить, помешивая, до кремообразной консистенции.

Очищенные кедровые орешки обжарить, растолочь, залить водой из расчета 3 стакана воды на 1 стакан измельченных орехов. Полученную массу процедить через марлю, отжать весь сок, добавить в него муку, немного воды, оставшийся сахар и варить, помешивая, на слабом огне до загустения.

Тесто из кедровых орехов выложить на блюдо, поставить в прохладное место на 1 час, а затем полить приготовленным кремом.

Балуза

Ингредиенты

100 г кедровых орешков, 50 г фисташек, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 столовая ложка апельсинового сока, 100 г крахмала, 200 г сахара, корица на кончике ножа.

Способ приготовления

Крахмал развести в 8–9 стаканах холодной воды, добавить сахар и варить, помешивая, до загустения на слабом огне. Затем влить лимонный и апельсиновый соки, положить очищенные и обжаренные кедровые орешки, перемешать и сразу же разлить в пиалы. Готовую балузу посыпать корицей, украсить очищенными фисташками, поставить на 2 часа в прохладное место и подать к столу.

Балуза по-тунисски

Ингредиенты

100 г крахмала, 200 г сахара, 3 столовые ложки настоя из лепестков роз, $^1/_4$чайной ложки корицы.

Способ приготовления

В кастрюлю влить 6–7 стаканов холодной воды, насыпать крахмал, тщательно перемешать, добавить сахар и варить, помешивая, на слабом огне до загустения. Затем добавить настой из лепестков роз, смесь охладить и взбить. Разлить балузу в большие розетки или пиалы, посыпать корицей, поставить на 2 часа в прохладное место и подать к столу.

Узвар

Ингредиенты

100 г сушеных груш, 100 г сушеных яблок, 50 г чернослива, 50 г кураги, 100 г меда, $^1/_4$чайной ложки корицы.

Способ приготовления

Предварительно замоченные сухофрукты залить кипящей водой и варить до готовности. Затем отвар слить, сухофрукты посыпать корицей, полить медом, добавить немного отвара, довести до кипения. Готовый узвар поставить в прохладное место на 30–40 минут, затем подать к столу.

Чак-чак

Ингредиенты

200 г муки, 100 г сахара, 1 яйцо, 100 мл молока, 100 г меда, 100 мл оливкового масла, 50 г маргарина, $^1/_2$чайной ложки соли.

Способ приготовления

Для приготовления сдобного теста муку развести теплым молоком, добавить соль и яйцо, растертое с небольшим количеством сахара и размягченным маргарином. Тесто раскатать в форме жгута, нарезать шарики и обжарить в оливковом масле. Мед растопить, добавить оставшийся сахар. Полученной смесью залить чак-чак при подаче к столу.

Рохати себ

Ингредиенты

3 крупных яблока, 100 г вишневого желе, 100 г сахара, 100 г творога, 50 г сливочного масла, 3 столовые ложки сахара, 1

чайная ложка лимонного сока, 1 чайная ложка молотого миндаля, корица на кончике ножа.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, очистить, не разрезая, удалить картофельным ножом сердцевину, опустить на 1 минуту в кипящую воду. Творог смешать с сахаром, сливочным маслом и корицей. Взбить получившуюся массу и разделить на две части. В одну часть добавить лимонный сок, в другую – молотый миндаль.

Начинить яблоки творожной массой с миндалем и положить на середину блюда. Вокруг поместить творожную массу с лимонным соком, украсив ее рубленым желе.

Шоколадный десерт по-турецки

Ингредиенты

2 столовые ложки измельченного молочного шоколада, 2 столовые ложки порошка какао, 100 г сахарной пудры, 4 яйца, 2 столовые ложки коньяка, 170 г сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, 200 г взбитых сливок.

Способ приготовления

Шоколад и какао смешать, развести 100 мл кипяченой воды и нагревать на водяной бане, помешивая, до тех пор, пока какао и шоколад полностью не растопятся. Снять с огня, добавить сахарную пудру.

Яйца аккуратно разбить, отделить желтки от белков. Белки взбить с помощью миксера. Желтки взбить веничком и небольшими порциями ввести в шоколад.

Сливочное масло растопить, добавить шоколадно-желтковую смесь и растереть, влить коньяк и взбить полученную массу венчиком. Добавить взбитые белки.

Выложить массу в смазанную растительным маслом форму и поставить в прохладное место на 10–12 часов.

Форму с застывшим шоколадом опрокинуть на блюдо, украсить взбитыми сливками и подать к столу.

Шоколадный мусс по-боснийски

Ингредиенты

100 г молочного шоколада, 1,5 стакана 30 %-ных сливок, 4 яйца, 100 г сахарной пудры, 3 столовые ложки крепкого готового кофе, 1 чайная ложка ванильного сахара, 2 чайные ложки сливочного масла.

Способ приготовления

Шоколад натереть на терке. Кофе вылить в металлическую посуду, добавить шоколад и, помешивая, нагревать на водяной бане до растопления шоколада, затем остудить.

Сливки вылить в металлическую кастрюлю, поставить на лед и взбить с помощью миксера.

Яйца аккуратно разбить, отделить желтки от белков. Белки взбить с помощью миксера. Желтки растереть с сахарной пудрой, добавить растопленный шоколад и ванильный сахар. Затем небольшими порциями ввести белки и взбитые сливки.

Готовый мусс выложить в смазанную сливочным маслом форму и поставить в прохладное место на 4–6 часов.

Апельсиновое желе с вином

Ингредиенты

3 апельсина, 300 г сахара, 10 г желатина, 200 мл белого вина.

Способ приготовления

Апельсины вымыть, очистить. Цедру мелко нарезать, из мякоти выжать сок.

Желатин развести в 1 стакане теплой воды, вылить в кастрюлю, добавить сахар, цедру, довести до кипения, влить 4–5 стаканов воды и нагревать на слабом огне в течение 10–50 минут. Сироп процедить, остудить, влить апельсиновый сок и вино.

Желе разлить по формочкам и поставить в прохладное место на 5–6 часов.

Винное желе по-азербайджански

Ингредиенты

300 г сахара, 2 лимона, 300 мл красного вина, 10 г желатина.

Способ приготовления

Лимоны вымыть, очистить. Цедру мелко нарезать, из мякоти выжать сок.

Желатин развести в 1 стакане теплой воды, вылить в кастрюлю, добавить 1,5 стакана воды, сахар, лимонную цедру. Нагревать на слабом огне в течение 5–7 минут, затем остудить, добавить лимонный сок, довести до кипения, процедить и смешать с вином.

Желе разлить по формочкам и поставить в прохладное место на 5–6 часов.

Черешня со сливками

Ингредиенты

400 г черешни без косточек, 200 г сахара, 3 яичных белка, 300 г 30 %-ных сливок, 2 чайные ложки сливочного масла.

Способ приготовления

Сливки взбить с помощью миксера. Белки размешать с сахаром и взбить с помощью миксера.

Черешню протереть через сито и размешать со взбитыми белками, добавить сливки.

Выложить мусс в смазанную сливочным маслом форму и поставить в прохладное место на 6 часов.

Айвовое желе

Ингредиенты

500 г айвы, 500 г сахара, 100 мл апельсинового сока, 1/4 чайной ложки корицы, 1 чайная ложка ванильного сахара.

Способ приготовления

Айву вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину, залить 1 л воды, добавить 3 столовые ложки апельсинового сока и нагревать в течение 10 минут. Затем влить 4 стакана воды, довести до кипения на сильном огне, убавить огонь до минимума и варить, помешивая, до размягчения айвы.

Готовую массу откинуть на дуршлаг, поставив его над большой миской.

Добавить в отвар сахар, оставшийся сок, ванильный сахар и варить, помешивая, на слабом огне в течение 30 минут.

Смесь перелить в розетки, посыпать корицей, поставить в прохладное место на 4 часа.

Крем из алычи

Ингредиенты

300 г алычи, 400 г 30 %-ных сливок, 200 г сахара, 200 г сахарной пудры.

Способ приготовления

Алычу вымыть, разрезать пополам, удалить косточки и залить 1 стаканом воды. Добавить сахар и варить на слабом огне, помешивая, в течение 5 минут. Затем протереть через сито и остудить.

Сливки взбить с сахарной пудрой, добавить в пюре, перемешать, выложить в форму и поставить в прохладное место на 4 часа.

Персиковый крем

Ингредиенты

500 г сливок, 400 г персикового пюре, 450 г сахара, 2 столовые ложки желатина, 1 персик, 1 столовая ложка сахарной пудры, 100 мл лимонного сока, 1/4 чайной ложки корицы.

Способ приготовления

Персик вымыть, разрезать пополам, удалить косточку и нарезать тонкими дольками. Желатин растворить в 1 стакане теплой воды. Сливки взбить с помощью миксера.

В персиковое пюре добавить сахар и варить, помешивая, до загустения. Затем остудить, влить лимонный сок, раствор желатина, перемешать и соединить со взбитыми сливками.

Готовую массу выложить в форму и поставить в прохладное место на 4 часа.

Крем украсить дольками персика, посыпать корицей и сахарной пудрой и подать к столу.

Абрикосовый крем

Ингредиенты

10 абрикосов, 200 г сахара, 300 г взбитых сливок, 20 г желатина, 3 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов.

Способ приготовления

Абрикосы вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, вынуть косточки и положить в кастрюлю. Посыпать сахаром, оставить на 1,5 часа, затем перемешать и варить на слабом огне до размягчения.

Желатин залить 200 мл теплой воды, перемешать, оставить на 20 минут, затем процедить.

Абрикосовое пюре остудить и протереть через сито.

Желатиновый раствор влить во взбитые сливки, размешать и вылить смесь в абрикосовое пюре.

Крем выложить в форму, поставить в прохладное место на 2–3 часа, затем посыпать орехами и подать к столу.

Крем-зефир по-магрибски

Ингредиенты

1 ананас, 200 г сахара, 500 г 30 %-ных сливок, 200 г сахарной пудры, 3 столовые ложки тертого шоколада.

Способ приготовления

Ананас вымыть, очистить, нарезать кубиками и залить 250 мл воды.

Добавить сахар, перемешать и варить на слабом огне, помешивая, в течение 15 минут. Затем протереть через сито и поставить в прохладное место на 2 часа.

Сливки взбить с сахарной пудрой, перемешать с ананасовым пюре, переложить в форму и поставить в прохладное место на 2–3 часа.

Крем украсить тертым шоколадом и подать к столу.

Молочно-миндальный крем

Ингредиенты

300 г измельченного сладкого миндаля, 2–3 столовые ложки измельченного горького миндаля, 3,5 л молока, 200 г сахара, 20 г желатина, 4 столовые ложки сахарной пудры.

Способ приготовления

Сладкий и горький миндаль перемешать, добавить 3 столовые ложки молока и сахар. Остальное молоко подогреть до 50–60 °С, влить в миндальную массу и оставить на 1 час.

Желатин развести в 1 стакане теплой воды, довести до кипения, влить еще 3 стакана воды, добавить в молочно-миндальную смесь, перемешать и процедить. Затем, помешивая, нагревать на слабом огне в течение 5 минут.

Крем выложить в форму, положить в прохладное место на 3 часа, затем посыпать сахарной пудрой и подать к столу.

Ореховый крем

Ингредиенты

1 л молока, 400 мл сливок, 150 г измельченных ядер грецких орехов, 100 г рисовой муки, 300 г сахара, 1 чайная ложка измельченной лимонной цедры, мускатный орех на кончике ножа.

Способ приготовления

Муку развести в 100 мл холодного молока, затем влить 400 мл молока и тщательно перемешать.

Оставшееся молоко смешать со сливками, довести до кипения, добавить смесь молока и муки и, помешивая, варить на слабом огне в течение 10 минут. Затем добавить орехи, сахар, цедру и мускатный орех, варить до загустения.

Крем выложить в форму и поставить в прохладное место на 2–3 часа.

Ванильное суфле

Ингредиенты

5 яиц, 3 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки пшеничной муки, 150 мл горячего молока, 100 г сахара, 1 чайная ложка ванильного сахара, 1 столовая ложка оливкового масла, 1 столовая ложка сахарной пудры, 2–3 столовые ложки абрикосового джема, соль.

Способ приготовления

Сливочное масло растопить. Муку смешать с солью и маслом, помешивая, влить тонкой струйкой молоко, добавить сахар и варить на слабом огне до загустения.

Яйца аккуратно разбить, отделить желтки от белков. Желтки растереть с ванильным сахаром и влить, помешивая, в горячую смесь, остудить и поставить на 20 минут в прохладное место. Белки взбить и добавить в охлажденную смесь.

Форму для суфле смазать оливковым маслом, посыпать сахарной пудрой, выложить суфле и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 35 минут.

Готовое суфле остудить, выложить на блюдо, смазать абрикосовым джемом, нарезать порционными кусками и подать к столу.

Орехово-медовое суфле по-узбекски

Ингредиенты

200 г измельченных ядер грецких орехов, 5 яиц, 3 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки пшеничной муки, 150 мл горячего молока, 3 столовые ложки меда, 1 чайная ложка ванильного сахара, 1 столовая ложка оливкового масла, 1 столовая ложка сахарной пудры, 3 столовые ложки клубничного джема, соль.

Способ приготовления

Сливочное масло растопить, добавить муку, мед, соль,

размешать, влить тонкой струйкой горячее молоко и варить, помешивая, на слабом огне, до загустения.

Яйца аккуратно разбить, отделить желтки от белков. Белки взбить. Желтки растереть с ванильным сахаром и влить в горячую смесь, помешивая.

Добавить орехи, размешать и поставить в прохладное место на 15–20 минут. Затем добавить взбитые белки и размешать.

Форму смазать оливковым маслом, посыпать сахарной пудрой, выложить в нее суфле и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 35 минут.

Готовое суфле остудить, смазать клубничным джемом, нарезать порционными кусками и подать к столу.

Винное парфе по-азербайджански

Ингредиенты

8 яичных желтков, 100 мл красного десертного вина, 200 г сахарной пудры, 200 г взбитых сливок, 2 столовые ложки сливочного масла, 150 г свежей клубники.

Способ приготовления

Клубнику перебрать и вымыть. Яичные желтки растереть с сахарной пудрой, влить вино и, помешивая, нагревать на слабом огне до загустения смеси. Затем остудить, добавить сливки, размешать, разложить по смазанным сливочным маслом формочкам и поставить в прохладное место на 5 часов. Готовое парфе украсить клубникой и подать к столу.

Лимонное парфе по-марокканski

Ингредиенты

200 г взбитых сливок, 6 яичных желтков, 4 яичных белка, 1 столовая ложка желатина, 1 стакан сахарной пудры, 100 мл лимонного сока, 1 столовая ложка тертой лимонной цедры, 1 апельсин, 1 столовая ложка сливочного масла.

Способ приготовления

Желатин развести в 1 стакане теплой воды. Апельсин вымыть, очистить и нарезать тонкими дольками. Белки взбить с помощью миксера.

Желтки растереть с сахарной пудрой, влить лимонный сок, перемешать, поставить на водяную баню и, взбивая, нагревать в течение 10 минут. Затем добавить желатин, лимонную цедру и нагревать, помешивая, в течение 3 минут, остудить, добавить сливки и белки.

Выложить смесь в смазанную сливочным маслом форму, поставить в прохладное место на 4 часа, затем украсить дольками апельсина и подать к столу.

Фрукты в желе

Ингредиенты

1 апельсин, 1 яблоко, 1 груша, 500 г сахара, 2 столовые ложки желатина, 100 мл лимонного сока, 1 столовая ложка измельченной лимонной цедры.

Способ приготовления

Апельсин, яблоко и грушу вымыть. Апельсин очистить и нарезать кружочками. Яблоко и грушу разрезать пополам, удалить сердцевину и нарезать тонкими дольками. Желатин развести в 1 стакане теплой воды.

В кастрюлю влить 8-10 стаканов воды, положить сахар, размешать, довести до кипения, добавить лимонную цедру, раствор желатина, помешивая, довести до кипения и влить лимонный сок.

Желе остудить, вылить в большую форму слоем 2–3 см и дать застыть. На застывший слой желе положить кружки апельсина, дольки яблока и груши, залить их второй половиной желе и поставить в прохладное место на 3 часа.

Дыня с мороженым

Ингредиенты

1 дыня, 10–12 ягод малины, 500 г сливочного мороженого, 4 столовые ложки малинового ликера, 1 столовая ложка меда.

Способ приготовления

Малину вымыть. Дыню вымыть, разрезать зигзагом и удалить сердцевину. Мякоть нарезать с помощью выемки маленькими шариками.

Дынные шарики полить ликером и оставить на 1 час, затем положить в морозильную камеру.

Половинки дыни смазать медом, заполнить мороженым и дынными шариками. Украсить малиной и подать к столу.

Груши с изюмом и орехами

Ингредиенты

5 груш, 100 г изюма, 1 столовая ложка измельченных ядер грецких орехов, 2 столовые ложки меда, 2 чайные ложки сливочного масла, 3 столовые ложки сахарной пудры.

Способ приготовления

Груши вымыть, удалить картофельным ножом сердцевину часть мякоти. Изюм замочить в теплой воде на 2 часа, затем смешать с орехами, медом и мякотью груш. Груши наполнить полученной смесью, выложить в смазанную сливочным маслом форму и запекать в течение 20 минут в разогретой до 180 °С духовке.

Готовые груши остудить, положить в прохладное место на 2 часа, затем посыпать сахарной пудрой и подать к столу.

Персики с творогом

Ингредиенты

8-10 персиков, 100 г творога, 100 г сахара, 50 г взбитых сливок, 1 пакетик ванильного сахара, 1 столовая ложка меда, 3 столовые ложки измельченных ядер грецких орехов.

Способ приготовления

Персики вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. Творог растереть с сахаром и взбитыми сливками, добавить ванильный сахар, мед, перемешать и начинить приготовленной массой половинки персиков.

Выложить половинки персиков на блюдо, посыпать орехами и подать к столу.

Фруктовый десерт «Мальдивы»

Ингредиенты

100 мл белого винограда без косточек, 4 яблока, 3 груши, 4 персика, 5 абрикосов, 1/ 2ананаса, 400 мл сахарного сиропа, 1 чайная ложка ванильного сахара, 1 чайная ложка молотой корицы, 200 г желе из красной смородины, 100 г мороженого.

Способ приготовления

Яблоки и груши вымыть, очистить, удалить сердцевину, нарезать ломтиками. Персики и абрикосы вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. Ананас вымыть, очистить и нарезать ломтиками. Виноград вымыть.

Сироп довести до кипения, опустить в него яблоки и груши, добавить корицу, ванильный сахар и варить 5-10 минут. Затем выложить в глубокое блюдо, остудить и поставить на 30–40 минут в прохладное место.

Сверху положить слой персиков и мороженого, поставить в прохладное место на 20 минут. На слой мороженого выложить виноград и ананасы, покрыть их смородиновым желе. Поставить в прохладное место на 30 минут. Украсить абрикосами, поставить в прохладное место на 2–3 часа, затем подать к столу.

Персики с ликером

Ингредиенты

10 персиков, 4 столовые ложки фруктового ликера, 200 г сахарной пудры, 1 чайная ложка молотой корицы, 200 г 30 %-ных сливок, 100 г сахара, молотый мускатный орех на кончике ножа.

Способ приготовления

Персики вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. Сливки смешать с сахаром и взбить с помощью миксера.

В кастрюлю налить 1 стакан воды, добавить сахарную пудру, мускатный орех и корицу, нагревать на слабом огне в течение 3 минут, затем прибавить огонь, довести до кипения, снять кастрюлю с огня. Персики опустить в горячий сироп на 5 минут, затем остудить и влить ликер.

Персики выложить на блюдо, полить сиропом, поставить в

прохладное место на 4 часа, затем украсить взбитыми сливками и подать к столу.

Яблоки с рисом по-узбекски

Ингредиенты

5-6 яблок, 100 г риса, 1 столовая ложка растопленного сливочного масла, 300 мл 10 %-ных сливок, 2 столовые ложки лимонного сока, 100 г сахара, 1 столовая ложка сахарной пудры, 1 чайная ложка ванильного сахара, 1 стакан грушевого сиропа, 100 г изюма без косточек.

Способ приготовления

Рис промыть, залить холодной водой, оставить на 1 час, затем выложить в кастрюлю, влить сливки, добавить сахар, ванильный сахар и варить до готовности. Изюм замочить в теплой воде на 2 часа, затем промыть, обдать кипятком.

Яблоки вымыть, очистить, разрезать пополам, вынуть сердцевину, сбрызнуть лимонным соком, посыпать сахарной пудрой, выложить в форму, полить сливочным маслом и поставить в умеренно разогретую духовку на 10 минут.

Рис разложить в формочки для запекания, сверху выложить яблоки, полить грушевым сиропом и поставить в умеренно разогретую духовку на 15 минут.

Готовые яблоки украсить изюмом и подать к столу.

Десерт «Алия»

Ингредиенты

200 г консервированных ломтиков ананасов, 100 г клубники, 200 г 30 %-ных сливок, 150 г сахарной пудры, 1 чайная ложка ванильного сахара.

Способ приготовления

Клубнику вымыть. Сливки взбить с сахарной пудрой и ванильным сахаром с помощью миксера. Ломтики ананаса выложить на блюдо, сверху положить взбитые сливки. Поставить в прохладное место на 2 часа, затем украсить клубникой и подать к столу.

Чернослив с изюмом

Ингредиенты

200 г чернослива без косточек, 100 г изюма без косточек, 200 г 30 %-ных сливок, 100 г сахара, 3 столовые ложки сахарной пудры.

Способ приготовления

Сливки взбить с сахаром с помощью миксера. Чернослив и изюм промыть и замочить в теплой воде на 3 часа, затем промыть и обдать кипятком. Чернослив разрезать на половинки.

Половинки чернослива выложить на блюдо, сверху положить половину сливок, посыпать 1 столовой ложкой сахарной пудры.

Положить изюм, посыпать 1 столовой ложкой сахарной пудры. Выложить оставшиеся сливки и посыпать оставшейся сахарной пудрой.

Готовое блюдо поставить в прохладное место на 3 часа, затем подать к столу.

Напитки

Компоты

Яблочный компот с лаймом

Ингредиенты

2 яблока, 4 ломтика лайма, сахар.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину, нарезать кубиками, залить 400 мл воды, довести до кипения, варить в течение 5 минут, добавить ломтики лайма и сахар, перемешать. Настаивать в течение 5 минут, затем разлить по чашкам.

Яблочный компот с лимоном

Ингредиенты

5 яблок, 4 ломтика лимона, сахар.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, крупно нарезать. Выжать из них сок с помощью соковыжималки.

Мезгу залить 500 мл воды, довести до кипения, варить в течение 5 минут. Напиток процедить, добавить сахар, довести до кипения, снять с огня, влить сок и перемешать.

Компот разлить по чашкам, в каждую добавить ломтик лимона.

Грушевый компот с корицей

Ингредиенты

3 груши, 1/ 4чайной ложки корицы, сахар.

Способ приготовления

Груши вымыть, удалить сердцевину, нарезать крупными ломтиками, залить 500 мл воды. Кипятить в течение 5 минут на слабом огне, добавить корицу, кипятить 5 минут.

Компот процедить, добавить сахар, довести до кипения, остудить.

Фруктовый компот по-марокканski

Ингредиенты

1 апельсин, 4 яблока, 4 столовые ложки грушевого сиропа, 4 чайные ложки сахара.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, крупно нарезать, залить 500 мл воды, довести до кипения, кипятить в течение 10 минут.

Компот процедить, добавить сахар, снова довести до кипения, остудить. Апельсин вымыть, очистить, нарезать небольшими кусочками, разложить по стаканам, добавить сироп и компот.

Компот по-ферганski

Ингредиенты

150 г чернослива, 2–3 столовые ложки меда, 2 веточки тархуна.

Способ приготовления

Чернослив вымыть, залить 1 л воды, довести до кипения. Кипятить на слабом огне в течение 10 минут, положить тархун. Настаивать в течение 5–7 минут, процедить, снова довести до кипения, добавить мед, перемешать.

Компот «Изюминка»

Ингредиенты

150 г чернослива, 100 г изюма, сахар.

Способ приготовления

Чернослив и изюм промыть, залить 1 л холодной воды, довести до кипения, варить в течение 15 минут, процедить. Добавить сахар, перемешать, довести до кипения.

Компот остудить и разлить по стаканам. В каждый стакан положить чернослив и изюм.

Абрикосовый компот с грейпфрутом

Ингредиенты

300 г абрикосов, 1 грейпфрут, сахар.

Способ приготовления

Грейпфрут вымыть, очистить, разделить на дольки. Абрикосы вымыть, залить холодной водой, довести до кипения, варить в течение 5 минут, добавить грейпфрут. Компот настаивать 5 минут, затем процедить, добавить сахар, довести до кипения, остудить.

Компот «Южный день»

Ингредиенты

150 г кураги, 100 мл апельсинового сока, 2 ломтика лимона, 2 чайные ложки сахарной пудры, сахар.

Способ приготовления

Курагу промыть, залить холодной водой, довести до кипения, варить в течение 15 минут. Напиток процедить, добавить сахар, довести до кипения, остудить, смешать с апельсиновым соком.

Ломтики лимона посыпать сахарной пудрой. Компот разлить по стаканам. Края стаканов украсить ломтиками лимона.

Компот «Айгуль»

Ингредиенты

200 г черного винограда, 1 бутон гвоздики, $^1/_2$чайной ложки молотой корицы, $^1/_2$чайной ложки тертой апельсиновой цедры, сахар.

Способ приготовления

Виноград вымыть, залить 1 л воды, добавить корицу, гвоздику, цедру, довести до кипения. Варить в течение 10 минут. Напиток процедить, добавить сахар, довести до кипения,

остудить.

Компот «Фруктовый сад»

Ингредиенты

2 яблока, 1 груша, 1 айва, 3 персика, 200 г абрикосов, 50 г черноплодной рябины, 50 г красной смородины, сахар.

Способ приготовления

Яблоки, грушу и айву вымыть, удалить сердцевину, нарезать дольками. Персики и абрикосы вымыть, разделить на половинки, удалить косточки. Черноплодную рябину и красную смородину вымыть.

Яблоки, грушу, айву и черноплодную рябину залить 1 л воды, довести до кипения, варить в течение 5 минут, добавить персики, абрикосы, смородину. Варить 10 минут, положить сахар, перемешать.

Компот остудить и разлить по стаканам.

Компот из персиков

Ингредиенты

300 г персиков, 1/4 чайной ложки корицы, сахар.

Способ приготовления

Персики вымыть, разделить на половинки, удалить косточки. Половинки персиков залить 1 л воды, довести до кипения, добавить корицу, сахар, варить в течение 10 минут, процедить.

Компот «Восточная сказка»

Ингредиенты

100 г кураги, 100 г чернослива, 50 г изюма, 3–4 листика свежей мяты, 1 чайная ложка лимонного сока, 2 веточки тархуна, 1/4 чайной ложки корицы, сахар.

Способ приготовления

Предварительно замоченные чернослив, изюм и курагу залить 4–5 стаканами холодной воды, довести до кипения и варить на слабом огне в течение 15 минут.

Отвар слить, добавить в него сахар, довести до кипения, положить корицу, предварительно вымытые мяту, тархун, влить лимонный сок и кипятить в течение 3 минут. Компот процедить, разлить по чашкам.

Компот «Ароматный»

Ингредиенты

2 яблока, 100 г черешни, 1 чайная ложка тертой апельсиновой цедры, 1 чайная ложка сушеной мяты, 1/2 чайной ложки корицы, сахар.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, разрезать на четверти, удалить сердцевину. Черешню вымыть. Яблоки и черешню залить 800 мл кипятка, варить в течение 2 минут, добавить цедру, мяту, корицу и сахар.

Варить в течение 10 минут. Напиток процедить и остудить.

Фруктовый компот по-азербайджански

Ингредиенты

300 г айвы, 150 г сахара, 2 столовые ложки виноградного вина, сок $^{1}/_{2}$лимона, корица на кончике ножа.

Способ приготовления

Айву вымыть, очистить от кожицы и семян, нарезать дольками, залить холодной водой, влить лимонный сок, довести до кипения. Добавить сахар, корицу, варить до размягчения айвы, остудить и влить виноградное вино.

Компот из груш и мандаринов

Ингредиенты

4 груши, 2–3 мандарина, сахар.

Способ приготовления

Очищенные мандарины разделить на дольки. С кожуры 1 мандарина снять цедру, мелко нарезать, прокипятить в 1 стакане воды, затем откинуть на сито.

В кастрюлю влить 2 стакана горячей воды, положить по вкусу сахар, перемешать, добавить цедру, вымытые, очищенные и нарезанные кусочками груши, довести до кипения и варить на слабом огне в течение 7-10 минут. Достать из компота кусочки груш, разложить их по стаканам вместе с дольками мандаринов, залить компотом и подать к столу.

Морсы

Морс из черной малины

Ингредиенты

200 г черной малины, 4 веточки тархуна, сахар.

Способ приготовления

Малину и тархун вымыть, залить 1 л кипятка, добавить сахар, перемешать, настаивать в течение 10–15 минут, процедить, охладить.

Фруктово-ягодный морс с медом

Ингредиенты

100 г сливы, 100 г вишни, 2 груши, 1 яблоко, 3 столовые ложки меда, 1–2 листика мяты, 1 бутон гвоздики, 1/4 чайной ложки корицы.

Способ приготовления

Груши и яблоко вымыть, удалить сердцевину, нарезать кубиками. Сливу и вишню вымыть, перемешать с яблоком, грушами и медом, оставить на 2 часа.

В кипящую воду положить мяту, гвоздику, корицу, варить 3–5 минут, затем снять с огня и процедить. Залить полученным отваром ягоды и фрукты с медом и оставить на 2 часа. Морс охладить и разлить по стаканам, положив в каждый по несколько ягод и ломтиков фруктов.

Малиновый морс с лаймом

Ингредиенты

200 г малины, 2–3 ломтика лайма, 2 листика вишни, 2 листика смородины, сахар.

Способ приготовления

Малину вымыть, залить 700 мл кипятка, добавить ломтики лайма, листики вишни и смородины. Настаивать 20 минут, процедить, добавить сахар, нагревать на слабом огне 2 минуты.

Морс охладить и разлить по стаканам.

Гранатовый морс по-сумгаитски

Ингредиенты

200 г зерен граната, 100 г сахара, 1 веточка тархуна, 1/4 чайной ложки корицы, молотый мускатный орех на кончике ножа.

Способ приготовления

Сахар размешать в 1 л горячей воды, довести до кипения, положить зерна граната, настаивать 20 минут, затем процедить и охладить. Гранатовый настой поставить на огонь, добавить корицу, мускатный орех и тархун, нагревать в течение 3 минут, снова процедить.

Напиток разбавить водой, охладить и подать к столу.

Апельсиновый морс с пряностями

Ингредиенты

500 мл апельсинового сока, 1 бутон гвоздики, 1/ 2лимона, 1/ 4чайной ложки шафрана, 1/ 4чайной ложки корицы, 3 чайные ложки сахара, молотый мускатный орех на кончике ножа.

Способ приготовления

В эмалированную кастрюлю налить 2 стакана воды, добавить сахар, гвоздику, шафран, корицу и мускатный орех. Варить на слабом огне в течение 5 минут. Отвар процедить и смешать с апельсиновым соком. Разлить напиток в стаканы, положив в каждый по 1 дольке лимона.

Абрикосовый морс с медом

Ингредиенты

300-400 г абрикосов, 3 столовые ложки меда, 2 чайные ложки лимонного сока, 1 листик мяты, корица на кончике ножа, пищевой лед.

Способ приготовления

Абрикосы вымыть, разрезать пополам, удалить косточки, ошпарить кипятком, размять, положить вымытый и мелко нарезанный листик мяты, корицу, залить 1 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить, добавить лимонный сок и мед, поставить на 2 часа в прохладное место. Подать к столу с кусочками пищевого льда.

Морс из алычи

Ингредиенты

100 г алычи, 100 г сахара, пищевой лед.

Способ приготовления

Алычу вымыть, разрезать пополам, удалить косточки, протереть через сито, выжать сок. Мезгу залить 0,5–0,7 л холодной воды, варить 10 минут и процедить.

В отвар добавить сахар, довести до кипения, влить сок и охладить. Разлить напиток по стаканам. В каждый стакан положить кусочек пищевого льда.

Гранатовый морс с лимоном

Ингредиенты

1 гранат, 2 ломтика лимона, сахар.

Способ приготовления

Гранат вымыть, разрезать, вынуть зерна, залить 400 мл кипятка, нагревать на слабом огне в течение 5 минут, процедить. Добавить сахар, довести до кипения, положить ломтики лимона, остудить.

Кисели

Кисель из черешни

Ингредиенты

200 г черешни, 2 чайные ложки сахарной пудры, 2 чайные ложки картофельного крахмала, сахар.

Способ приготовления

Черешню перебрать, промыть, удалить косточки, половину протереть через сито.

Мезгу залить 400 мл кипящей воды, кипятить в течение 10 минут, процедить, добавить сахар, снова довести до кипения, снять с огня. Добавить разведенный небольшим количеством холодной кипяченой воды картофельный крахмал, быстро размешать, довести до кипения, варить в течение 2–3 минут, добавить протертую черешню.

Кисель перемешать, остудить. В каждую чашку положить оставшуюся черешню, налить кисель, посыпать сахарной пудрой.

Кисель из козьего молока

Ингредиенты

500 мл козьего молока, 2 чайные ложки картофельного крахмала, 1 пакетик ванильного сахара, сахар.

Способ приготовления

Молоко перемешать с ванильным сахаром, довести до кипения, добавить сахар, снять с огня, положить предварительно разведенный в небольшом количестве воды крахмал, тщательно перемешать.

Напиток, помешивая, довести до кипения, разлить по чашкам.

Кисель из кураги и изюма по-узбекски

Ингредиенты

100 г кураги, 50 г изюма, 3 чайные ложки картофельного крахмала, 1 чайная ложка лимонного сока, 100 г сахара, 1/4 чайной ложки корицы.

Способ приготовления

Подготовленные курагу и изюм положить в кастрюлю, залить 1 л горячей воды и оставить на 3 часа, затем слить воду. Залить курагу и изюм 700 мл горячей воды и варить на слабом огне в течение 30 минут, после чего отвар процедить в другую кастрюлю, курагу и изюм протереть через сито, положить в отвар, добавить сахар, корицу, лимонный сок и разведенный водой картофельный крахмал и, перемешав, довести до кипения.

Мандариновый кисель по-марокканski

Ингредиенты

6 мандаринов, 2 чайные ложки сахарной пудры, 4 чайные ложки картофельного крахмала, 1/2 чайной ложки тертой апельсиновой цедры, сахар.

Способ приготовления

Мандарины вымыть, очистить, выжать сок. Мезгу залить 800 мл кипящей воды, кипятить в течение 10 минут, процедить, добавить сахар, снова довести до кипения, снять с огня.

Добавить разведенный небольшим количеством холодной кипяченой воды картофельный крахмал, быстро размешать, довести до кипения, варить в течение 2–3 минут, влить сок.

Кисель перемешать, остудить, посыпать сахарной пудрой и цедрой.

Персиковый кисель

Ингредиенты

200 г персиков, 2 чайные ложки картофельного крахмала, 2 чайные ложки сахарной пудры, сахар.

Способ приготовления

Персики вымыть, разделить на половинки, удалить косточки, протереть через сито.

Мезгу залить 500 мл кипящей воды, кипятить в течение 10 минут, процедить, добавить сахар, снова довести до кипения, снять с огня. Добавить разведенный небольшим количеством холодной кипяченой воды картофельный крахмал, быстро размешать, довести до кипения, варить в течение 2–3 минут, добавить протертые персики.

Кисель перемешать, остудить, разлить по чашкам, посыпать сахарной пудрой.

Чай, кофе и шоколадные напитки

Фруктовый чай по-таджикски

Ингредиенты

2 чайные ложки черного чая, 1 ломтик яблока, 1 долька апельсина, 4 ломтика лимона, 1 чайная ложка апельсиновой цедры, сахар.

Способ приготовления

Заварку положить в заварочный чайник, залить кипятком, добавить ломтик яблока, дольку апельсина и цедру. Настаивать в течение 15 минут. Напиток процедить, разлить по чашкам. В каждую чашку добавить ломтик лимона и сахар.

Чай с базиликом и мятой

Ингредиенты

2 чайные ложки черного чая, 1/ 2чайной ложки сушеного базилика, 1 листик свежей мяты, 1 лимон, сахар.

Способ приготовления

Смешать базилик и чай, положить в термос и залить кипятком. Через 20 минут чай процедить, перелить в заварочный чайник, добавить мяту и дать настояться в течение 5 минут. Затем налить заварку в чашки, разбавить горячей водой, положить сахар по вкусу и подать к столу. Отдельно подать предварительно вымытый и нарезанный кружочками лимон.

Холодный чай по-узбекски

Ингредиенты

2 чайные ложки зеленого чая, 1 чайная ложка черного чая, 1/ 2апельсина, сахар, пищевой лед.

Способ приготовления

Смешать зеленый и черный чай. Заварочный чайник обдать кипящей водой, положить заварку, залить кипящей водой на 1/ 2объема, перемешать, слить заварку, снова налить воды, опять перемешать и дать настояться в течение 5 минут. Затем наполнить кипящей водой весь чайник, положить мелко нарезанный апельсин, сахар, размешать и оставить на 10 минут.

Заварку процедить, налить в большой графин, разбавить холодной водой, затем разлить в чашки, положив в каждую по кусочку пищевого льда.

Чай с корицей и лимоном

Ингредиенты

2 чайные ложки черного чая, 4 ломтика лимона, 1/ 4чайной ложки корицы, сахар.

Способ приготовления

Заварочный чайник ополоснуть кипятком, насыпать чай,

добавить корицу. Чайник залить кипятком на 1/ 4объема, настаивать 5 минут, наполнить кипятком, настаивать в течение 3 минут.

Чай разлить по чашкам. В каждую чашку положить ломтик лимона и сахар.

Ширчой – чай по-таджикски

Ингредиенты

300 мл молока, 30 г молотых ядер грецких орехов, 20 г сливочного масла, 3 чайные ложки черного чая, 1/ 2чайной ложки соли.

Способ приготовления

Чай положить в кастрюлю, залить 250 мл кипящей воды и кипятить 20 минут. Затем чай процедить, влить кипяченое молоко, добавить соль и кипятить на слабом огне в течение 15 минут.

Подать к столу, положив в каждую чашку кусочек сливочного масла и орехи.

Чай по-алжирски

Ингредиенты

3 чайные ложки черного чая, 1 чайная ложка измельченного тархуна, 1/ 2чайной ложки тертой апельсиновой цедры, 1/ 4чайной ложки корицы, 1/ 2лимона, сахар.

Способ приготовления

Заварочный чайник обдать кипятком, положить чай, тархун, корицу, цедру, залить кипящей водой на 1/ 3объема, накрыть чайник салфеткой и оставить на 10 минут. Затем наполнить кипятком, оставить на 5 минут, после чего процедить.

Налить заварку в чашки, разбавить горячей водой. В каждую чашку положить сахар и кружок лимона.

Зеленый чай с молоком и ванилином

Ингредиенты

200 мл молока, 3 чайные ложки зеленого чая, ванилин на кончике ножа, сахар.

Способ приготовления

Заварочный чайник обдать кипятком, положить чай, залить кипящей водой на 1/ 3объема, накрыть чайник салфеткой и оставить на 10 минут. Затем наполнить кипятком, оставить на 5 минут, процедить.

В горячее молоко положить ванилин и сахар, довести до кипения.

Налить заварку в чашки, разбавить горячим молоком и подать к столу.

Чай по-бухарски

Ингредиенты

2 чайные ложки зеленого чая, 1 бутон гвоздики, 1/2апельсина, 20 мл лимонного сока, 100 мл апельсинового сока, 1/4чайной ложки корицы, 1 столовая ложка сахара.

Способ приготовления

Сухой чай смешать с корицей, гвоздикой и сахаром, положить в заварочный чайник, залить кипящей на 1/3объема, дать настояться в течение 10 минут, затем влить кипяток, накрыть чайник салфеткой и оставить на 5 минут. Полученный напиток процедить и соединить с апельсиновым и лимонным соком. Разлить по чашкам, в каждую положить тонкий ломтик апельсина.

Холодный чай по-ферганski

Ингредиенты

6 чайных ложек зеленого чая, 3 чайные ложки черного чая, 3 чайные ложки апельсинового ликера, 1 апельсин, цедра и сок 1 лимона, пищевой лед, сахар.

Способ приготовления

Вымытый и очищенный апельсин нарезать кружочками, посыпать сахаром, полить ликером и поставить на 12 часов в прохладное место.

Смешать зеленый и черный чай, положить в чайник, залить 1 л кипящей воды, дать настояться 15 минут, затем остудить. Добавить в заварку цедру и сок лимона, пропитанные ликером апельсины. В каждую чашку положить пищевой лед, налить чай.

Чай по-казахски

Ингредиенты

4 чайные ложки черного чая, 3 чайные ложки зеленого чая, 100 мл молока, 2 столовые ложки сметаны, сахар.

Способ приготовления

Смешать зеленый и черный чай. Заварочный чайник обдать кипятком, положить чай, залить кипящей водой на 1/3объема чайника и оставить на 5–7 минут. Затем добавить в чайник кипяток, накрыть салфеткой и оставить на 10 минут.

Налить заварку в пиалы, добавить горячее молоко, сметану, сахар и перемешать.

Мижоз-чой с вербеной (традиционный узбекский чай)

Ингредиенты

1 чайная ложка зеленого чая, 1 чайная ложка черного чая, 1 веточка вербены, 1 листик мяты, сахар.

Способ приготовления

Смешать черный и зеленый чай. Заварочный чайник обдать кипятком. Положить заварку в чайник, залить 1/2стакана кипятка, взболтать и сразу же слить воду. Листик мяты вымыть, мелко нарезать, ошпарить кипятком, положить в заварочный

чайник, туда же добавить сахар. Залить кипятком, положить веточку вербены и хорошо размешать. Затем налить немного чая в стакан, оставить на 1 минуту, после чего снова влить в заварочный чайник. Дать настояться в течение 3 минут.

Мижоз-чой с базиликом

Ингредиенты

2 чайные ложки черного чая, 1 чайная ложка зеленого чая, 1/4 чайной ложки сушеного базилика, сахар.

Способ приготовления

Смешать черный и зеленый чай. Заварочный чайник обдать кипятком. Положить заварку в чайник, залить 1 стаканом кипятка, взболтать и сразу же слить воду. Положить в заварочный чайник сушеный базилик, добавить немного сахара, залить кипятком и размешать. Затем налить немного чая в пиалу, оставить на 1 минуту, после чего снова влить в заварочный чайник. Повторить эту операцию 3 раза. Дать настояться в течение 5 минут, накрыв заварочный чайник сложенной вчетверо салфеткой. Подать чай к столу, добавив в каждую чашку сахар по вкусу.

Мурч-чой (чай по-узбекски с перцем)

Ингредиенты

1 чайная ложка черного чая, 1 чайная ложка зеленого чая, 1/4 чайной ложки черного молотого перца, сахар.

Способ приготовления

Смешать черный и зеленый чай. Заварочный чайник обдать кипятком. Смесь черного и зеленого чая положить в небольшую кастрюлю, залить 1 стаканом горячей воды, добавить сахар, нагревать в течение 1 минуты, затем перелить чай в другую кастрюлю и снова нагреть. Повторить эту операцию 3–4 раза, после чего налить чай в заварочный чайник, положить черный молотый перец, настаивать 3 минуты. Подать чай горячим или охлажденным.

Холодный чай по-туркменски

Ингредиенты

6 чайных ложек черного чая, 800 мл молока, пищевой лед, сахар.

Способ приготовления

Молоко довести до кипения, добавить чай, нагревать в течение 3 минут, положить сахар, перемешать, настаивать под крышкой 7-10 минут. Напиток процедить, остудить, разлить по стаканам, в каждый добавить пищевой лед.

Чай с молоком и имбирем по-таджикски

Ингредиенты

3 чайные ложки черного чая, 500 мл молока, 2 бутона

гвоздики, 1 чайная ложка тертого имбиря.

Способ приготовления

Гвоздику и имбирь залить холодной водой, довести до кипения. Снять с огня, добавить в отвар чай. Чайник накрыть салфеткой и настаивать чай в течение 5 минут. Затем напиток процедить и влить в предварительно подогретое молоко.

Кофе со взбитыми сливками и корицей

Ингредиенты

8 чайных ложек молотого кофе, 100 г взбитых сливок, 1/ 4чайной ложки корицы, сахар.

Способ приготовления

Кофе перемешать с сахаром и корицей, высыпать в турку, залить 400 мл кипятка, довести до кипения.

Напиток процедить и разлить по чашкам. В каждую чашку добавить взбитые сливки.

Кофе с перцем

Ингредиенты

2 столовые ложки молотого кофе, 2 столовые ложки сахара, 1/ 4чайной ложки корицы, 1/ 4чайной ложки черного молотого перца.

Способ приготовления

В турку положить кофе, сахар, перец, корицу, тщательно перемешать, влить холодную воду и нагревать на слабом огне. Когда кофе начнет пениться, снять турку с огня. Готовый кофе процедить, разлить по чашкам.

Кофе по-арабски

Ингредиенты

4 чайные ложки молотого кофе, 4 чайные ложки сахарной пудры, 1/ 4чайной ложки корицы.

Способ приготовления

Кофе насыпать в турку и добавить сахарную пудру. Тщательно растереть кофе с сахарной пудрой, залить холодной водой, не доливая 2 см до края турки. Помешивая, нагревать на слабом огне до образования пены, затем добавить корицу, снять с огня и несколько раз встряхнуть турку, чтобы пена опустилась. Подать горячим в кофейных чашечках.

Кофе «Мускатный аромат»

Ингредиенты

4 чайные ложки молотого кофе, молотый мускатный орех на кончике ножа, сахар.

Способ приготовления

Кофе и сахар перемешать, положить в турку, залить 200 мл кипятка, довести до кипения, добавить мускатный орех.

Напиток перемешать, процедить, разлить по чашкам.

Кофе с лаймом

Ингредиенты

8 чайных ложек молотого кофе, 1 лайм, 50 г взбитых сливок, сахар.

Способ приготовления

Лайм вымыть, нарезать кружочками. Кофе перемешать с сахаром, положить в турку, залить 300 мл кипятка, довести до кипения, процедить.

Напиток разлить по чашкам, в каждую положить кружочек лайма и взбитые сливки.

Кофе по-африкански

Ингредиенты

2 чайные ложки молотого кофе, 1 чайная ложка какао, корица на кончике ножа, сахар.

Способ приготовления

В кофейник на 3/ 4объема налить горячую воду. Смешать кофе, какао и корицу, положить в кофейник и подогревать на слабом огне до тех пор, пока напиток не закипит.

Через несколько минут разлить кофе по чашкам и подать к столу в горячем виде, добавив по вкусу сахар.

Кофе с кардамоном

Ингредиенты

4 чайные ложки молотого кофе, 2 чайные ложки сахара, 1/ 4чайной ложки кардамона.

Способ приготовления

Кофе смешать с сахаром и кардамоном, засыпать в турку и залить 200 мл холодной воды.

Довести до кипения на слабом огне, разлить по чашкам.

Кофе «Али-Баба»

Ингредиенты

4 чайные ложки молотого кофе, 3 чайные ложки какао, 1 чайная ложка молотого миндаля, сахар.

Способ приготовления

В кофейник насыпать молотый кофе и залить 200 мл холодной воды. Затем поставить на слабый огонь и, постепенно подогревая, довести до кипения. Сварить 200 мл какао, перемешать оба напитка и добавить миндаль. Полученную смесь вновь довести до кипения и разлить по кофейным чашкам. Подать кофе к столу горячим, добавив по вкусу сахар.

Кофе с тмином и перцем по-пакистански

Ингредиенты

8 чайных ложек молотого кофе, 1 чайная ложка молотого тмина, 1/ 4чайной ложки черного молотого перца, сахар.

Способ приготовления

Кофе высыпать в турку, перемешать с тмином, перцем и сахаром, влить 400 мл кипятка, довести до кипения.

Напиток процедить и разлить по стаканам.

Шоколадный напиток с пряностями

Ингредиенты

2 столовые ложки тертого шоколада, 400 мл молока, 1 столовая ложка сахара, 1/ 4чайной ложки корицы, 1/ 4чайной ложки молотой гвоздики, молотый мускатный орех на кончике ножа.

Способ приготовления

200 мл молока вылить в эмалированную посуду, добавить шоколад, корицу, гвоздику, мускатный орех, сахар, довести до кипения и нагревать на слабом огне в течение 5 минут. Затем перемешать, влить оставшееся молоко и варить в течение 10 минут на слабом огне.

Горячий шоколад с орехами по-ливански

Ингредиенты

8 чайных ложек порошка какао, 500 мл молока, 50 г очищенного фундука, 50 г шоколада, молотый мускатный орех на кончике ножа, сахар.

Способ приготовления

Фундук измельчить до порошкообразного состояния. Шоколад натереть на крупной терке.

Какао растереть с сахаром, фундуком и мускатным орехом, залить 100 мл молока, перемешать. Влить оставшееся молоко, помешивая, довести до кипения. Кипятить на слабом огне в течение 2 минут. Напиток разлить по чашкам, посыпать шоколадом.